Theodore
Besterman

# HIERONYMI MERCVRIALIS
# DE ARTE GYMNASTICA LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetuſtarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid deniq. ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

*Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.*

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandae ſtudioſis admodum vtile.

*AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.*

VENETIIS APVD IVNTAS,
M D LXXIII.

# MAXIMILIANO II.
## IMPERATORI INVICTISSIMO

HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem D.

*SI quando mecum diligentius conſidero, MAXIMILIANE Inuictiſſime, quot, quantaque Imperatores, ſummiq. Principes pro hominum ſalute, & tranquillitate tam bello, quam pace geſſerint, in eam facile deſcendo ſententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes feciſſe, quod eos dignos exiſtimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea uero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem ſibi uindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propoſitis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, ſed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, ut ipſi ſoli illarum auctores, & inſtauratores propemodum uideantur. Id facile perſpicere quiuis poteſt, qui militaris diſciplinae, le-*

gum ſcientiae, ceterarumque, ſine quibus uita haec noſtra fere uitalis non eſſet, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria uelit repetere: ſed ne Imperatori ſapientiſsimo, quae omnibus paſsim nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, unum medicae artis omnium utiliſsimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & elegantiam non haberet, niſi Principum benignitas, ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria, ſummis uiris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, poſterioribus uero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Juſtinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta teſtantur. uerumtamen ut alia omittam in praeſentia, non exigui momenti putandum id eſt, quod magnificentiſsima, atque ampliſsima Gymnaſia exſtruxerint, inque ijs artem Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus inſtruentes ad bene, beateque uiuendum uiam communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam olim Perſarum reges, Lacedaemonij, Athenienſes, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium ui-

res

*res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes ſuis ditionibus ſubiecerint, ut ne recenſeri quidem numerando facile queant. Hac eadem inſtructi, non defuerunt Principes, qui aduerſus quemlibet Athletam robore ſunt auſi contendere, quales fuiſſe Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac ſola arte ſanitatem conſeruaſſe, fortiſsimosque euaſiſſe memoriae proditum eſt, ob hanc quoque cauſſam id eos feciſſe uериſimile eſt, ut ceteros ſuo exemplo ad eaſdem exercitationes inuitarent. Huiuſmet artis ope quis ignorat priſcos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum ſpectacula ad ſubditos in officio continendos prudenter excogitata introduxiſſe? ne plurima alia commoda recenſeam, quae gymnaſtica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam ſemper uberrime praeſtitit. Sed, quo plures ſcimus ab hac arte utilitates emanaſſe, eo magis dolendum nobis eſt, quibus neſcio quo miſero fato cum multis alijs optimarum artium ſtudijs periјt, atque exſtincta prorſus eſt; unde fit ut uetus illud militare robur, & ueram ſanitatem perpauci ſint hoc tempore, qui conſequantur, totque morborum genera quotidie nos infeſtent, quot ob exercendorum corporum conſuetudinem non expertos eſſe ueteres rationi conſentaneum eſt. Haec autem etſi ita ſint, deſperandum ta-*

*men non eſt, ſapientiſsime Imperator, quin eorum ſcriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remanſit, ab interitu poſsit uindicari, ac iterum in hominum adſpectum, lucemque proferri, ſi & Principum ad hanc rem propenſio adſit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc ſtudium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recuſent. Ceterum cur nemo noſtris ſaeculis huiuſmodi prouinciam ſuſceperit, ſane pronunciare non audeo: id unum ſcio, rem ſicut maximae utilitatis, ita immenſi eſſe laboris. Et ego, licet multa eſſent, quae ab ea deterrere me poſſent, aliquando tamen ſum aggreſſus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obſeruaueram, in unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me eſt magna animi contentione, & ſtudio: euentu autem, ut ex multorum teſtimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me cauſſa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore* ALEXANDRRI FARNESII *Card. ſapientiſſimi ac prudentiſs. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum uiſitationibus implicitus, rurſus eos poſtremis hiſce menſibus in manibus ſumpſerim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex uetuſtis monumentis iconibus repraeſentatis*

*tis*

*tis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo ( quemadmodum ſolent ſemper poſteriores curae eſſe meliores ) ſint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum eſt, ut, quod antea non ſum auſus, illos nunc tuae Maieſtati conſecrare pro mea erga te obſeruantia non dubitauerim. Cum praeſertim, ſi Gymnaſticae renaſcenti ullus eſt patronus quaerendus, neminem te potiorem eſſe conſtet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam inſtituerunt, auxerunt, & illuſtrarunt, ita tu hoc tempore amiſſam, quae tua ſumma auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas eſt, in priſtinum ſplendorem, in ueterem dignitatem & poßis, & uelis reſtituere. Accedit etiam, quod Cardinali* FARNESIO, *cui poſt Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maieſtatis obſeruantißimum, ac indefeſſum laudum tuarum praedicatorem ſemper eſſe ſenſi, gratiſsimam rem facturum me exiſtimaui, ſi hoc opus in ipſius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maieſtati ipſius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua ſoles ncomparabili animi magnitudine, hoc licet Maieſtati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas noſtra offerre poteſt, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

*ijs,*

*iјs, qui omni diſciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inſeruiunt, comparandum non eſſe non ignorem: ſi tamen animus ſpectetur meus, non dubito, quin, ſicut nullius ſtudia in M. T. ſunt ardentiora, aut obſeruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus uideri poſsim. Deus Optimus Max. M. T. pro Chriſtiani orbis ſalute diu incolumem, & felicem conſeruet.*

*Patauij, Kal. Sext.* CIↃ IↃ LXXIII.

# LAVRENTII GAMBARAE
## *BRIXIANI CARMEN.*

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab umbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentae:
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in unum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis ut euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. uacantes
Mortales, dum uita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. ſenectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

## Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
 σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧδέ ποτ' οἰχομενης καλὰ λείψαν ἀμυδρὰ περέμπος.
 τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίην Ἱερώνυμος, ἀθανατὸν μιν
 κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
 ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

### Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
 Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψηφῶνι ἀποισῆ
 Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

## Achillis Statij Luſitani.

*Orco mortales Hieronymus inuidet aegros*
 *Lumen ad aetherium ſemianimes reuocans,*
*Quod quia ſaepe facit, laudatur ſaepe, ſuiq.*
 *Fama tripertito nominis orbe uolat.*
*Nunc autem noua fama alia increbreſcit, ut artes*
 *Exſtinctas ueterum gymnaſiumq. nouat.*
*Macte animo, uir magne, ergo tu cetera membra,*
 *Ore exercebis, ſed tua laus hominum.*

Auctorum nomina, quorum fide, & teſtimonio hi Libri conſcripti ſunt.

*Aeſchylus*
*Aetius*
*Afranius*
*Agathinus*
*Alexander Aphrodiſienſis*
*Alexander Trallianus*
*Antillus*
*Aretaeus*
*Ariſtophanes*
*Ariſtoteles*
*Aſclepiades*
*Athenaeus*
*Auerroes*
*Auicenna*
*Aulus Gellius*
*Auſonius*
*D. Baſilius*
*Caius Julius Caeſar*
*Caßius Jatroſophiſta*
*Catullus*
*Caecilius Plinius*
*Clemens Alexandrinus*
*Coelius Aurelianus*
*Columella*
*Cornelius Celſus*
*D. Cyprianus*
*Diocles*
*Dion*
*Dionyſius Areopagita*
*Dionyſius Halicarnaſeus*
*Eraſiſtratus*
*Erotianus*
*Euripides*
*Euſebius*
*Galenus*
*Herodotus*
*Herodianus*
*Heſiodus*
*D. Hieronymus*
*Hippocrates*
*Homerus*
*Horatius*
*Joſephus*
*Jſidorus*
*Julius Capitolinus*
*Julius Firmicus*
*Julius Pollux*
*Juſtinus Martyr*

Iuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribaſius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pauſanias
Perſius
Philoſtratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Poſidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Epheſius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Pompeius Feſtus
Sidonius Apollinaris
Soranus Epheſius
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themiſon
Theodorus Priſcianus
Theophraſtus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiſcus
Xenophon.

# ARTIS·GYMNASTICAE
## LIBER. PRIMVS

### *De Principijs Medicinae. Cap. I.*

QVAMDIV Homines paucißimis rebus contenti lautas menſas,& opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque poſt inductam paullatim cõſuetudinem penitus ignorarũt, (id quod primis illis ſaeculis exſtitiſſe memoriae proditum eſt) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, ſicut uſq. ad tempora Socratis diſtillationum, quas Graeci κατάρρους dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius eſt, ignoratum eſſe tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos uſus, nullaq. principia exſtitiſſe certum eſt: etſi Homerus antiquißimus auctor ſcripſerit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuiſſe. Poſtquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquiſitae artes, delicatißima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepſere, morborum ſimul uaria continuo genera ſuccreſcentia ad inueniendam medicinam eos coegerunt: qua ſemper carere profecto licuiſſet, niſi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum ſoboles eius uſum omnium maxime neceſſarium effeciſſet. Medicina uero tametſi primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando priſci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unuſquiſq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; poſterioribus tamen ſaeculis ab Aeſculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quaſi ex ruſtica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui ſolis morboſis, ac languentibus operam nauans id unum ſemper curandi ſtudium habuit: ſanorum curam aut ullam eſſe ignorauit, aut eam prorſus contempſit: quod poſtea ſucceſſores illius intelligentes adeo exiſtimatione dignam reputarunt, ut medicinam ſine hac

B · C (margin letters)

5. de Republi. — In lib. qui medic' inſcribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam eſſe poſſe perſpexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius diſcipulus, qui curatiuae morborum medicinae conſeruatoriam ualetudinis partem fere circa ſana dumtaxat corpora ſatagētem addere uiſi ſunt, arbitrantes non minus praeclarum, atq. artificioſum opus eſſe ſanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea ſemper quaſi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius ſolis curandis aegritudinibus, tum ſanis etiam conſeruandis praefecta eſt. An totam eam medicinae partem, quae & ad ſanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aeſculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero ſolam in curandis
Lib.29. cap.1. morbis uerſantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atq. Plinius crèdidiſſe uidentur, mihi plane compertum non E
eſt: niſi quod cum fuiſſet mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum eſſet, ſcribere: Iſque a primis illis temporibus uſque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiam in Italia perdurauerit: uti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aeſculapij templo in inſula Tiberina inuenta, & uſq. ad hanc diem apud Maphaeos conſeruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

*Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου.* id eſt: F

*HISCE diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, ueniret ad ſacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, & poneret quinque digitos ſuper altare, & eleuaret manum, & poneret ſuper proprios oculos: & recte uidit populo praeſente, & gratulante, quod grandia miracula fierent ſub Imperatore noſtro Antonino.*

*Λουκίῳ πλευριτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ με-*

τ' οἴνου

A τοΐνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπϊθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δη-
μοσία ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχάρισατο. id eſt:

LVCIO affecto lateris dolore, & deſperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commiſceret, & poneret ſupra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus eſt illi.

Αἷμα ἀναφέροντι ἰουλϊανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντός ἀνθρώ-
που, ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ
ἐλθὼν δημοσία ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id eſt:

*SANGVINEM reuomenti Iuliano deſperato ab omnibus hominibus ex oraculo reſpondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praeſente populo.*

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατϊώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ
λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλϊτος, καὶ κολλύρϊον
συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπϊχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ
ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσία τῷ θεῷ. id eſt:

C VALERIO Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet ſanguinem ex gallo albo, admiſcens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur ſupra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Iſidis fieri ſolitum fuiſſe, ex his Tibulli carminibus conijcio.

*Nunc Dea, nunc ſuccurre mihi, iam poſſe mederi,*
*Picta docet templis multa tabella tuis.*

Cum haec inquã ita eſſent, ueriſimile fit, ſolam remediorum co-

 gnitio

gnitionem potuiſſe ab Hippocrate inde excerpi, & ſub certis regu- D
lis, ac rationibus conſtitutam ad artis formam prouectam eſſe: certus ſum tamen ſapientiſsimum ſenem non caſu ullo, nec fortuna, ſed diuiniſsimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac diſciplinis ſicuti cetera omnia, ita & hanc inueniſſe, inuentam excoluiſſe, necnon curatiuae adiunxiſſe: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, quod plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipſis cognitos, nec curandi eos modum indicatum eſſe conſtet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, ſed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immenſaq. uoracitas, quibus, ut ſa-
Epiſt. 96. pienter diſputauit Seneca, & poſt ipſum Plutarchus, nouae morbo-
8. Sympos. proh. ix. rum ſpecies genitae ſunt, adhucq. quotidie gignuntur, quarum aliae ſero, aliae numquam medelam receperunt: ſic namq. pue- E
ros, & mulieres poſt Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, ſic uiuente Pompeio, atq. Aſclepiade aquae formido, ſeu hydrophobia, Ariſtoteli, ac antiquioribus haud nota, necnon elephantiaſis Aegypto familiaris ſeſe primo demonſtrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij imperatoris tempore Romae medicam artem profeſſus eſt, ſcripſerit
Cap. 171. neminem ab hydrophobia uſq. ad tempora ſua liberari uiſum; & ſi Appuleius Celſus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus
Lib. 2. cap. 162. ad eum morbum antidotum quandam cōpoſuiſſet, Barbarusque
In proh. quidam in Creta naufragio appulſus ſe eum Hyenae pelle quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; ſic Cornelij Celſi tempeſtate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapſa, & arente intra paucas horas exſpirauit, ut nobiliſſimi medici neq. ge- F
nus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, niſi ueteres ſub alio nomine illum cognouiſſe tueamur: ut ipſe Hippocratē ſub
Lib 25. cap. 3. Ilei doloris nomine comprehendiſſe reor. Sic Plinij aetate mentagra, ſtomachace, & ſceltyrbis aegritudines noſtro orbi aduenae natae ſunt: ſic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, muſculoſiſq. partibus ſeſe includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi ſe ab alijs audiuiſſe, ſed neq. naturam eius, neq. generationis ra-
6. de locis affect. tionem cognouiſſe fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

nodia

A nodia habentem minxit. ſic Ephebus Athenis ſerpentem puſillum piloſum & plurimis pedibus ſtatim ambulantem multo cum ſemine ciecit: ſic Timonis Auiam duobus ſingulorum annorum menſibus in Cilicia delituiſſe in cauernis, ſolaq. reſpiratione, quod uiueret, cognitam eſſe traditur: ſic in Melonijs ſignum cuiuſdam affectionis hepaticae deſcriptum eſt, qua quicumque occupabantur, domeſticos mures diligenter obſeruabant, ac proſequebantur. ſic Crateri medici ſeruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab oſſibus abſcederent: ſic temporibus noſtris exſecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuerſas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel poſteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medicinae partes ad ſummam perfectionem prouectae fuerint, diuinis B eius manibus immortales ſemper habendae ſunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes ſicuti diuerſae re uera ſunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτικὴ, ſiue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uerſantur, acceptis, quae quoniam ſapienter, atque uere deprompta e fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem ſuſceperunt: quemadmodum etiam uſq. ad poſteriora tempora haec inueterata permanſit inter medicos conſuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conſeruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo ob maiorem neceſſitatem inuenta fuit, id nomen adepta eſt, quod C conſeruatiua quoque ei poſtremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquiſiuit, ut iudicauerint hanc ſolam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falſam, meramue hominum alios decipere ſtudentium imposturam exſiſtere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoſcendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaq. medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauiſſimo errore uerſari facillime cognoſcent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina ſuccurreret, aequo animo aeſtimare uoluerint: ut non abſq. ſumma ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgaſſe uideatur.

Libro I. de abſtinẽtia ab aĩalib⁹.

In Epiſtol. graecis uariorum.

,, ΤΗ`Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id eſt: D

Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius uſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaq. nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere. E

## *De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum.* Cap. II.

CVM igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtae, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur. tot namq. praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa uero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſubſunt, ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi

A iuſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisq. eiuſdem generis comprehenduntur; unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud ueteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quampaucissima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobiliſſimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab unoC quoq. exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis exſpectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere ſpero, quod in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſſimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquāda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2. de tu ual.
3. De mi. doc 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipſe calor accenditur, D
& ex partium inter ſe attritu ſoliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienſes Apollini gymnaſium ſiue exercitationem conſecrarunt, ſignificantes, quemadmodum
viij. Symp. prob.4. auctor eſt Plutarchus, ab eo Deo, qui ſanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconſulto
Lib.viij. de Cyri Paedia. ſecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes, laboresq. corporis aeſtimauit, ut Perſis, quos recte inſtituere ſemper ſtuduerat, quaſi legem dederit, ne ipſi umquam ſine labore cibum caperent, ratus ualetudini atque ſortitudini perinde exercitationes neceſſarias eſſe, ac cibum, quas illud humanis corporibus
In Anacharſi. praeſtare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac ſpicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum ſeparantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam ſapientem, non ueneficam fuiſſe, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipſa gymnaſijs, ac exercitationibus, & robuſta, uigentiaq. reddebat. Vnde ſama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem reſtitueret.

*Quid ſit Gymnaſtica, & quotuplex.* *Cap. III.*

QVATTVOR itaque exiſtentibus illis, quibus tota conſeruandae ſanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem eſſe nemo ſanus negarit: quandoquidem ſi exercitationes ſub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conſeruatoriae parte a nobis declarata ſunt, gymnaſticam, quae de exerci- F
tationibus tota eſt, ad eam pertinere rationi conſentaneum eſt: & proinde negare nemo poteſt, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Eraſiſtratum, & alios gymnaſticam a medicina ſeiungentes, illam cognoſcere ſpectet, eo praeſertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro ſcriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam ſanam traducendam bona praeſtare, quot & quanta uix ulla alia medicinae inſtrumenta praeſtant. Quod ſi Hippocrates in lib. de Locis in homine ſcripſit Gymnaſticam, & medicinam contrarias eſſe, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de ſola ea medicinae parte ſermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a poſterioribus uocata ſolum uerſatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

A runt duas eſſe circa corpus humanum uerſantes artes, medicinam, & gymnaſticam, non ob id, quemadmodum Eraſiſtratus & Sectatores, illas ſeiunxerunt, ſed communem hominum loquendi uſum ſecuti ſunt, qui, quoniam poſterius gymnaſtica medicina inuenta, eiq. adnexa eſt, eas diuerſas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid ſit haec ars exercitatoria gymnaſtica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, ſiue deſcriptione petere debemus, quam etſi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno noſtro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc eſt, Quod gymnaſtica eſt quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnaſtica ars eſt ſcientia potentiae omnium exercitationum. Quo in In lib ad Thraſ.

B loco animaduertendum eſt, Galenum ſcientiam non proprie, ſed communiter, ut plerumque auctores ſolent, accepiſſe, propterea quod gymnaſtica cum pro fine opus habeat, & ſcientiae nullum opus conſiderent, neceſſario a uera ſcientia excluditur; quamuis alioqui cauſſas exercitationis uirium ſaepiſſime contempletur: eſt inſuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnaſticam a paedotribica diſtinxiſſe, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationũ qualitates omnes, & earũ cauſſas ſpeculatur, imperatque, haec ueluti miniſtra illius exſiſtit, perinde ac gymnaſta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noſcebat, easq:, prout ſanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuerſis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & poſſent, re ipſa demonſtrabat. atque hoc aenigmatice ex-

C plicauit Polybus ſub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: ideſt: Paedotribae hoc edocent praeuaricari ſecundum leges, iniuriam facere iuſte, decipere, furari, rapere, uim inferre honeſtiſſime, & turpiſſime. Nam ſi quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aeſtimet, liquido conſpiciet ualde ijs aſſimilari, quae a Polybo ſcripta ſunt, ſicq. gymnaſtam, & paedotribam non parum diſſimiles fuiſſe: uerumtamen, cum interdum unus utriuſq. munus impleret, non immerito exiſtimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem eſſe, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas eſſe diſtinctas uoluit, dum gymnaſticam uocari reſpectu habito ad ſolam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipſa nobilior eſt; paedotribicam In primo de dieta.

cam dici ob actum ipſum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, D haud aliter ac ſi dixiſſet alteram harum ſpeculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam eſſe, quae omnes interdum una gymnaſticae appellatione a materia, circa quam uerſantur, ut pharmaceutica, ſuſcepta uocarentur; ſicuti ſpeculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine ſaepenumero appellantur. ſed quod uere, ſicuti declarauimus, gymnaſtica talis ſit, gymnaſtaq. & paedotriba differrent, Ariſtotelis teſtimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc ſcriptum reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: ideſt: In cunctis artibus, & ſcientijs, quae non circa partem, ſed circa genus aliquod perfecte exſiſtunt, unius eſt conſiderare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae ſit optima: (optime enim natura diſpoſito, & cui omnia ſuppeditant, optimam conuenire neceſſarium eſt) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnaſticae eſt: Praeterea uero, ſi quis non exactum illum cupiat habitum, & ſcientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnaſtici eſt hãc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare ſatis patet, tum ab Ariſtotele gymnaſticam nuncupari ſcientiam eo ferme pacto, F quo a Galeno: tum etiam gymnaſtam a paedotriba diſtingui. At ne illos, qui utramque ſub uno gymnaſticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriuſque uim ſimul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnaſticam eſſe facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipſo edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conſeruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem eſſe finem, non ſolum ut plenam atque perfectam, quantum fieri poteſt, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc ſcientiam ab alijs, quae ſimilem formam obtinent, differentem oſtenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipſa, atq. exercitationes gratia belli ſactae circa omnes fere exercitationes

uerſan-

A uerſantur, circa quas gymnaſtica medica, ut in ſequentibus ſum demonſtraturus, quando in ſingulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnaſtica locum habuerint ſeparatim planum faciam: nihilominus magnopere inter ſe diſcrepant, cauſſaq. talis differētiae nulla alia exſiſtit praeter finem ſingularum, quo fine omnes facultates diſtingui ſcripſit Ariſtoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur ſeſe Dijs rem gratam illis ludis tamquam promiſſam facturos: erat quoque pópuli uoluptas, cui maxime & Reſpub. & Reges, ac Imperatores ſtudebant, quo homines uoluptate demulſi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum eſſe ſcribit Plinius, ut, dum eos inirent, ſemper aſſurgi, etiam ab Senatu, in more eſſet, necnon ſedendi ius in proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipſis, patribusq. & auis paternis, quod tamen ſeruis, quando illi ſimiles ludos inibant, conceſſum fuiſſe minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoſcere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronenſis habebit, qui omnium diligentiſſime, ut eſt ipſe omnium ſaeculi noſtri in hiſtorijs longe uerſatiſſimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui poſſet athleta aduerſarium ſuperare, & coronam praemiaq. propoſita conſequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati ſunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes ſub nomine uitioſae gymnaſticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus eſt: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud agebant, niſi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus poſtea, cum oportebat, hoſtes in pugna uincere poſſent: atque harum exercitationum diſciplina uſque adeo ſeuera apud maiores ſeruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod ſcribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profeciſſent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam ſub praeſentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis oſtendiſſent ſe omnes militiae exercitationes compleſſe. Ex quibus omnibus manifeſtum eſt gymnaſticam noſtram a praedictis differentem eſſe, & ideo ſumma cum ratione a nobis in illius definitione poſitum finem fuiſſe, qui eſt gratia ſanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnaſticae genera orta ſunt, apud ueteres exſtiterint, atque

B (margin, beside "per aſſurgi"); Lib. xvi. cap. 4.

C (margin, beside "agebant"); Lib. i. de re mili. ca 13.

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati ſint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharſi dialogo: qua una illius oratione, tota haec ſententia noſtra haberi rata mereretur, niſi Platonis & aliorum inſerius explicanda teſtimonia accederent.

*De Gymnaſticae ſubiecto, & eius laudibus.* Cap. IV.

CVM iam gymnaſticam, quid ſit, ſatis (ni fallor) explicuerimus: eamq. ab affinibus facultatibus ſeiunxerimus: reliquum eſt, ſubiectum illius, quale ſit, conſiderare: nam ſicuti nulla reperitur ars, ſiue illa ſit architectonica, ſiue ei ſubiecta, quae finem operationum ſuarum aliquem non habeat, pariter nulla eſt, cuius ſubiectum aliquod non liceat proprium aſſignare, circa quod tota illius operatio uerſetur: & E
quamuis idem ſubiectum ſaepenumero plurium artium eſſe uideatur, ſi tamen res exacte perpendatur, cunctarum ſubiecta artium finibus ipſis inter ſe diſtingui apparebit, eo quod idem ſane aliquo pacto, ſed ſub uarijs condicionibus, atq. proprietatibus ab unaquaque conſideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque diſciplinis re uera ſubijcitur, tali pacto ab una conſideretur, quod non ab alia: ſiquidem, prout naturale, atque mobile exſiſtit, Phyſicus illud contemplatur: prout ſanitatis, uel morbi capax, Medico ſubijcitur: prout ἔυεκτον, ideſt boni habitus ſuſceptibile, a gymnaſtica, ſiue conſeruatoria, quae medicinae ſubijcitur, & de qua nobis futurus eſt ſermo, conſideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & ſanitatem conſeruare in ſeipſo natum eſt, gymnaſticae ſubiectum eſſe definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad F
Thraſybulum ſcripto luculentiſſime declarauit: neq. propter hoc inferendum eſt, illum ſibi ipſi contraria dicere, cum alias gymnaſticam a medicina ſeiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnaſticam medicinae quidem partem eſſe, ita tamen, ut, ueluti pars a ſuo toto aliquo modo ſeiungitur, ſimiliter gymnaſtica a medicina diſtinguatur: medicina enim ſanitatem, atq. morbum in corpore humano conſiderans, alterum expellere, alteram comparare, & conſeruare nititur: at gymnaſtica in corpore ſano bonum habitum generare, eumq. tamquam ſanitatis uel partem, uel cauſſam conſeruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius exiſtimatio, ut Plato, atque Ariſtoteles ( ne alios quamplures recenſeam ) eam rempub. haud optimam eſſe poſſe

cenſuerint,

A cenſuerint, in qua talis ars deſideraretur, nec immerito quidem, quoniam ſi animi ſemper habenda eſt cura, neque ille abſque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita profecto ſtudendum eſt corporis ſalubritati, bonoque habitui, ut & animo inſeruire, & eius operationes nequaquam impedire, ſed adiuuare poſſit: propter quod in Protagora Plato eum eſſe claudum appellandum dixit, qui ſolum animum exercens, corpus ignauia atq. otio conſumit. Quantum porro ars gymnaſtica ad hunc habitum adipiſcendum, ſanitatemq. tum conſeruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Ariſtotelis certiſſima teſtimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocaſſe, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, ſola gymnaſtica conſeruaſſe
B gloriatus eſt, ut nullo pacto nobis mirandum ſit, quod maiores noſtri uſque adeo corporis exercitationes aeſtimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclariſſima exercēdis corporibus loca, qualia gymnaſia, & Romanae thermae fuerunt, exſtruxerint, uerum etiam in quibuſuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id deſignaretur, & quotidie in uſu eſſet.

*Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnaſtica.* *Cap. V.*

QVAMVIS Galenus medicorum omnium poſt Hippocratem princeps eius ſententiae fuerit, quod gymnaſtica ars Homeri tempore nondum reperta eſſet, ſed ſolummodo paullo ante Platonis tempora principiū ha-
C buerit, nihilominus bello Troiano ab ipſomet Poeta deſcripto ſemina quaedam illius iacta fuiſſe, quaſiq. primordia eluxiſſe uerisimile uidetur, niſi quoque fateamur potuiſſe faciliter multo prius exſtitiſſe, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam eſſe, aut ſcriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuiſſe, id quod credere non eſt penitus abſonum, ſi quod alibi Galenus ſcriptum Primo de
reliquit, uerum eſſe non negamus, cunctos homines ad muſicam, tu. ualet.
atque gymnaſticam propenſos naſci, nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hiſce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Aſclepiadas iniuſtos omnium exercitationum & aeſtimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnaſticā naturalē homini eſſe, & iccirco ſemper exſtitiſſe perſuaſum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymna-

ſticae

ſticae principia quaedam exſtiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius ſimplicia fuerunt, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia res tranſlata fuit, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſſimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισιθ᾽:

id eſt: *At gentes in litore ponti*
*Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe*
*Mittentes:*

Et uigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λάον ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ᾽ ἔφερ᾽ ἄθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ᾽, ἡμιόνους τε, βοῶν τ᾽ ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας εὐζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
*Illic detinuit populum, magnumq. locauit*
*Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens*
*Scilicet & tripodas, labetesq. & fortia bouum*
*Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis*
*Feminea accinctis, & albi pondera ferri.*

Ex

A Ex quibus & ſequentibus omnibus ſatis perſpicuum eſt, primis illis ſaeculis exercitationum finem fuiſſe tum delectationem quandam, & praemia conſequendi ſpem, tum ad bellorum, hoſtiumq. uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Poſt ea tempora cum Deorum cultus, & ſacrificiorum celebrationes excreſcere coepiſſent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cõcurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus inſtitutae ſunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores deſiderarentnr, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare ſolent, ſtatuebantur ipſis certaminibus optatiora, atque praeſtantiora, ſicut innuit Ariſtoteles: in his exercitationibus. quoniam homines praemiorũ gratia dumtaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθλητὰι nuncu- In 3 partic. prob. 8.

B pati fuerũt, qui & ab Atticis ἀσκητὰι, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipſum ludi nomen obtinuit, quod non ſolum in Deorum feſtis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra inſtituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuſcemodi certamina peragebantur, ſicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Piſis, ſiue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Iſthmia in Iſthmo ipſo, Pythia Delphis apud eos talia fuerũt, quales apud Romanos ludi Capitolini, ſaeculares, & alij huiuſcemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores conſtituebantur, uti non modo in conuentu ſtantes cum palma & corona laudes ferrent: ſed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in ſuas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,

C aereq. pub. perpetua uota conſtitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non ſit nobis loquendum, ad rem noſtram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi ſoli exercitationum fines exſtitere. uerum enimuero creſcente luxu, multisq. a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam ſanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes inſtitui coeptae ſunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut ſcribit Plato) gymnaſticam, quae Tertio de repub. prius in ſacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus ſolum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea ſententia nil aliud fuit, niſi certamina illa & exercitationes, quae ſolum pro coronis & praemijs ac militari diſciplina aſſequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in uſu erant, ad ſanitatis conſeruandae, & boni habitus cquirendi

finem

finem traducere, quas poſtea exercitationes cum primi illi, atque D
etiam poſteriores gymnaſtae a medicis & philoſophis, ut uериſimile eſt, moniti mirum in modum corporibus conferre didiciſſent, alia moderantes, alia addentes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibuſdam praeceptis, ac terminis concluſerunt, atque ita artem totam pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, ideſt, ab exercendo, quaſi nullus alius finis eſſet, quam ob habitum corporis bonum obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quomodo ars gymnaſtica principium, incrementa, & ſtatum, necnon quo tempore ſuſceperit. Siquidem primum in bello Troiano dum milites Graeci in arenam ex nauibus deſcendentes (unde poſt emanaſſe prouerbium In arenam deſcendere opinor) inter ſe certantes ad bellum exercebantur tunc apparere coepit, artisq. E
agoniſticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Poſtea ad ſacrificia & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: ſed etiam athleticae appellationem conſecuta eſt, & apud Galenum uitioſa gymnaſtica nominata fuit. Demum ad gymnaſia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium ſanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & ſub normis concluſa gymnaſticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor dolet mihi, quem ſcio nunc ut ſum, atque ut fui olim, quo neque induſtrior de iuuentute erat arte gymnaſtica, diſco, haſtis, pila, curſu, armis, equo. Verum enimuero haec ars (ut teſtatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos ſolum in uſu uiguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundiſſimos agros F
habuerunt, & ipſi ualetudine firmiores exſtiterunt: ſed poſtquam creſcente deſidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorum urbana gymnaſia ita frequentiſſima extulerunt, ut idem Varro conqueſtus ſit ſuo tempore uix ſingula ſatis fuiſſe, quae profecto, dum Roma ſub Imperatoribus floruit, omnium maxima & ſpecioſiſſima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiam deſtructa fuerunt, & ſimul cum ipſis ars non paruam iacturam paſſa fuit, quam a Varronis temporibus uſque ad Imperij Romani inclinationem in frequentiſſimo uſu habitam fuiſſe quiſq. intelligere poteſt, qui omnes medicos ea eatate Romae aeſtimatos paſſim in morbis curandis & ſanis conſeruandis exercitatoriam artem adhibuiſſe ab eorum, quae ſuperſunt, ſcriptis obſeruarit, aut qui Plutarchum

In ſecundo de re ruſti. in prooe.

omnes

A omnes ſua aetate exercitationibus occupatos fuiſſe ſcribentē lecti tarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honeſti uſus gratia inuectas fuiſſe, ſed nonnullas & peregrinas praeſertim ad exercitandam ſitim quaeſitas eſſe praedicat. Itaque valde alucinatum fuiſſe Budaeum puto, qui in ſuis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnaſiorum, & palaeſtrae exercitamentis minime uſos, nulla firma ratione probat. Lib 3. Sym po. prob. 6 Lib. xiiij. cap. 22.

## *De Gymnaſijs Antiquorum.* *Cap. VI.*

GYmnaſticam, ſiue exercitatoriam in certis locis fieri ſolitam, quoniam ſupra ſtatuimus, rationi modo conſentaneum eſt, quid loca ipſa, & qualia forent, pla- B num facere. Nam loca illa nil aliud fuiſſe, quam gymnaſia nuncupata, ex multis, & praeſertim ex uerbis Galeni in ſecundo de tu. ual. ſcriptis maniſeſto comprobatur, ubi narrat gymnaſium fuiſſe publicum in ſeparata urbis regione locum exſtructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, diſcum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerunt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquiſſima uox etiam denudari ſignificare uidetur, unde Martialis libro tertio.

*Gymnaſium, Thermae, ſtadium eſt hac parte, recede*
*Exſuimur, nudos parce uidere uiros.*

Quamuis etiam quandoq. ſub nomine gymnaſij omnem locum, ubi exercerentur, comprehenſum fuiſſe reperiatur: ſicut poſtea C haec uox ad alia quoque tranſlata eſt, quemadmodum apud Ioſephum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnaſia nuncupata eſſe demonſtrat, ubi de Herode ita loquitur. Namque apud Tripolim, & Damaſcum, & Ptolemaidem pu- » blicas balneas, quae gymnaſia dicuntur, Biblide autem exedras » porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celſo, Plinio, atque alijs » Latinae linguae auctoribus palaeſtras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempeſtate in Italia, uel raras admodum, uel nullas exſtitiſſe palaeſtras, ſiue gymnaſia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae conſuetudinis non fuiſſe praedicit. Nam qui primi gymnaſia exaedificaſſe creduntur, fuerunt Graeci, ſi credendum eſt Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui in ſecundo de Oratore ſcribit, gymnaſia delectationis, & exercitationis gratia ab ipſis primum

inſtituta fuiſſe. Inter Graecos autem primi exſtiterunt Lacedaemones, ſicut Athenaeus ex Ippaſi ſententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt, quos etiam illa ipſa omnium praeſtantiſſima, atque ſpecioſiſſima conſtruxiſſe ex Martialis libro primo intelligere licet, ubi hos uerſus habet. D

In Anach. dial.

*Argiuas generatus iner urbes*
*Thebas carmine cantet, aut Mycenas,*
*Aut claram Rhodôn, aut libidinoſae*
*Ledaeas Lacedaemonis palaeſtras.*

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam deſcribit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate ſua ante floruiſſe narrat, ibi gymnaſia exſtaſſe ſcribat, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte diſcernere nequeo, niſi totam illam Critiae narrationem fabuloſam credamus. Poſt Lacedaemonios Athenienſes quoque ſua gymnaſia erexerunt, in quorum ciuitate tria exſtitiſſe teſtantur Pauſanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philoſophiam ſuam profeſſus eſt; alterum λυκεῖον, ubi Ariſtoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum fuiſſe legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, ſpurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: ſi quidem apud Graecos tanto odio, tantaq. infamia uiles, ac ſpurij notabantur, ut qui uere legitimi, ac nobiles eſſent, cum ijs conſuetudinem, aut communem ſeſe exercendi locum habere recuſarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philoſtratus in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Athenienſium tria fuiſſe gymnaſia, quod licet extra urbem eſſent, erant tamen haud longe aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuiſſe dici potuerit. In his etenim mortuos quoque ſepeliendi conſuetudinem Graecos habuiſſe ſcriptum eſt apud Ciceronem, cui Seruius ſe Marcellum interfectum in Academia Athenienſium nobiliſſimo totius orbis gymnaſio ſepeliuiſſe ſcribit. Quae uero Ligorius antiquitatis totius peritiſſimus inueniſſe ſcribit in ueſtigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraeſentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnaſia, ubi corpora exercerentur, fuiſſe puto: ſed loca, in quibus aut diſciplinarum, & aliarum artium ſtudijs opera dabatur, uel feſta aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico feſta Panathenaica. Corinthum quoque gymnaſium habuiſſe Craneum uocatum, auctor eſt Laertius libro tertio. Romani poſtremi omnium gymnaſia palaeſtras uocata in urbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt:

In Anach. dial. E

4. Epiſt. fi. m epiſt. 12. F

In libro de antiqs co minibus.

peruunt:

A perunt: quos tamen ceteros quoſcumque tum magnificentia operum, tum inaeſtimabili pulchritudine in hoc genere anteceſſiſſe, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc uſq. diem non ſine omnium ſtupore perdurantia conſpiciuntur, facile conuincitur. ne ſileam illud, quod de Neronis gymnaſio ſcripſit Martialis lib. vij.

*Quid Nerone peius?*
*Quid Thermis melius Neronianis?*

Nam gymnaſia tota aliquando Thermas ob aquae calidae uſum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, ſicut etiam interdum Thermae ſignificant eam gymnaſij partem, in qua lauabãtur, ubi propingeum, laconicum, & calda lauatio ſitae erant, ut ex multis auctorum teſtimonijs, & praeſertim ex Martialis uerſibus nuper citatis clare perſpicitur. Gymna-

B ſium, thermae, ſtadium eſt hac parte. His omnibus poteſt iam unicuique perſuaſum eſſe, quantum in errore uerſatus ſit (inuitus fateor) Blondus Foroliuienſis conciuis meus, qui in ſecundo Romae inſtauratae commentario thermas ſolum ad lauandi uſus inſtitutas fuiſſe ſcripſit. Porro ne quis forſan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Ariſtotelem in gymnaſijs philoſophari conſueuiſſe; ſcire debet in huiuſcemodi locis uaria hominum genera conuenire ſolita fuiſſe, quae omnia in ſequenti capite a nobis ſigillatim demonſtrabuntur: tanta enim erat huiuſcemodi locorum capacitas, tamq. ſpatioſa amplitudo, ut abſque ullo impedimento diuerſae, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi poſſent, quemadmodum ex Vitruuij allata deſcriptione perſpicere quiuis mediocriter hac in re uerſa-

C tus poterit; quam cum in rebus plurimis diuerſam ex Octauij Pantagathi viri tempeſtate noſtra ſummi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipſa diligentius conſiderata (ut ſemper curae poſteriores eſſe meliores ſolent) caſtigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correſpondentem exhibemus. ad quod agendum clariſsimus Aloyſius Mocenicus, Franciſci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob ſingularem eruditionem apud omnes ſpectatiſsimi, necnon Andreas Palladius priſcae totius architecturae peritiſsimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque ſcientiae ſtudioſis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaeſtrae ratio fuit incognita, ſic in poſterum clara, atq. manifeſta futura ſit. Immo uero, ſi Octauius ipſe reuiuiſceret, non dubito, ut erat

homo ſanctiſsimus, atque doctiſsimus, quin etiam ipſe huic de- D
ſcriptioni,& Vitruuij contextui non mutato,ſed in aliquibus tantum melius ordinato libentiſsime ſubſcriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri poſſe docet.

## *De palaeſtrarum aedificatione & xyſtis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.*

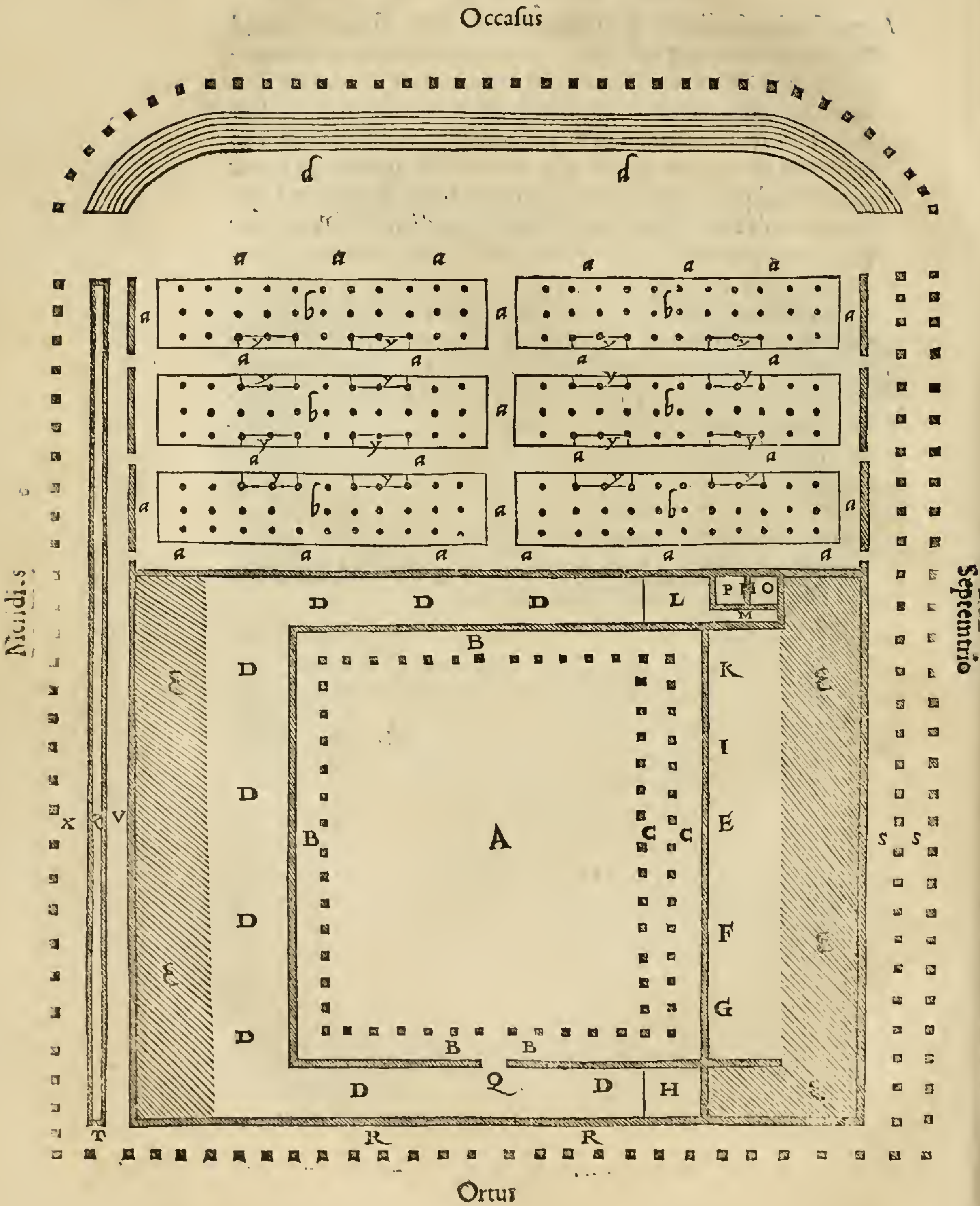
NVnc mihi uidetur (tametſi non ſint Italicae conſuetudinis) palaeſtrarum aedificationes tradere explicate & quemadmodum apud Graecos conſtituantur E
monſtrare. In palaeſtris periſtylia, quadrata,ſiue oblonga ita ſunt facienda,uti duorum ſtadiorum habeât ambulationis circuitionem, quod Graeci uocant διαυλὸν. ex quibus tres porticus ſimplices diſponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones eſt conuerſa duplex. uti cum tempeſtates uentoſae ſunt,non poſsit aſpergo in interiorem partem peruenire. Conſtituuntur autem in tribus porticibus exedrae ſpatioſae habentes ſedes, in quibus philoſophi, rhetores, reliquiq. qui ſtudijs delectantur, ſedentes diſputare poſsint.In duplici autem porticu collocentur haec membra,Ephebaeum in medio (hoc autem eſt exedra amplisſi- F
ma cum ſedibus, quae tertia parte longior ſit, quam lata) ſub dextro coriceum,deinde proxime coniſterium, a coniſterio in uerſura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν uocitant, ad ſiniſtram ephebaei elaeotheſium, proxime autem elaeotheſium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in uerſura porticus. Proxime autem introrſus e regione frigidarij collocetur concamerata ſudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uerſuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti ſupra ſcriptum eſt) compoſitum. Ex aduerſo laconici caldam lauationem. In palaeſtra periſtylia (quemadmodum ſupra ſcriptum eſt) ita debent eſſe perfecte diſtributa. Extra autem diſponantur porticus tres,una ex periſtylio exeuntibus,duae dextra,

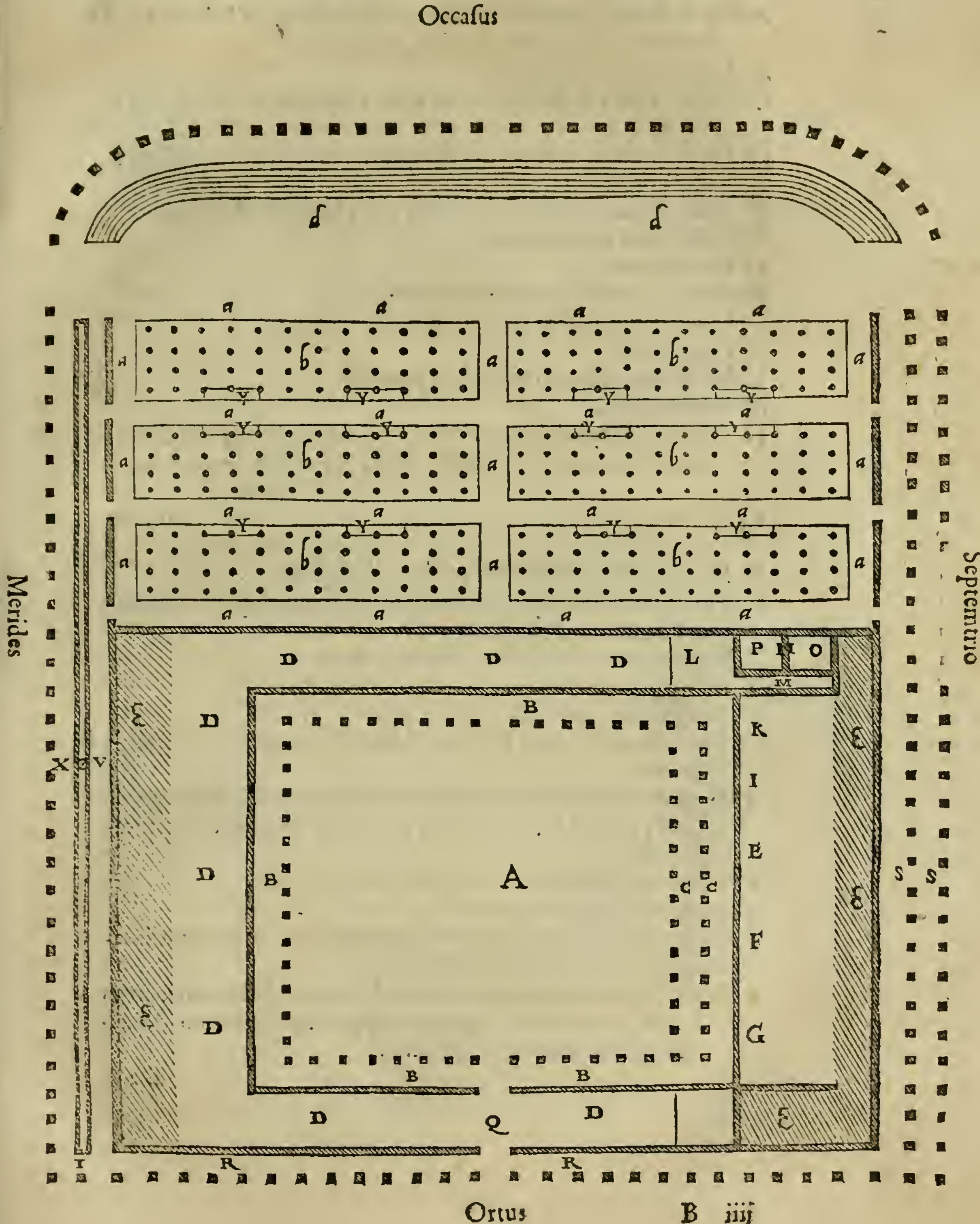
atq.

A atq. ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus una, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a mar ginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in mar ginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & duplicem porticum deſignentur hy-

B pacthrae ambulationes, quas Graeci περιδρόμιδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno caelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſſint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria uidebantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.

Figura paleaſtrae cum periſtylio quadrato.




Occaſus
Merides
Septemtrio
Ortus
A
B
C
D
E
F
G
I
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
V
X

A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens am- D
bulationis circuitionem duum ſtadiorum.
B Tres porticus ſimplices.
C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae duplex eſt.
D Excdrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi, rhetores diſputabant.
E Ephoebeum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.
F Eoriceum a parte dextera.
G Coniſterium.
H Frigida lauatio in uerſura porticus.
I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebei.
K Frigidarium.
L Iter in propnigeum in uerſura porticus. E
M Propnigeum.
N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex una parte P laconicum / ex altera O calidam lauationem }
Q Exitus e periſtylio
R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.
S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptemtrionem duplex ampliſsima latitudine, & ſtadiata.
T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.
V Margines circa parietes.
X Margines ad columnas.
Z Medium excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali. F
α Hypetrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.
β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.
γ Stationes ex opere ſignino.
δ Stadium ita figuratum ut poſſent hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.
ε Loca de quibus etſi non meminerit Vitruuius, fuiſſe tamen in palaeſtra neceſſe eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

De

A *De uarijs hominum generibus, quae in gymnaſijs conueniebant. Cap. VII.*

TAnta, adeoque uaria hominum in gymnaſijs conuerſantium erat multitudo, ut, referente Galeno, ſaepenumero inter ipſos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & inſuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore ſuo teſtatur fieri ſolitũ, his uerbis apud Nonium: Ita uti ſoliti Romae eramus, in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne ſingulos enarrando nimis a propoſito recedam, praecipua quaedam ipſorum genera perſequar. Primum itaque genus in gymnaſijs conuerſantium erant Philoſophi, Rhetores, reliquique, qui ſtudijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter ſeque diſputabant, ſicuti Iuuenalis his uerſibus demonſtrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit:

10. meth. Epiſt. 57. B

*Sed uos ſaeuas imponite leges,* Saty. 7.
*Vt praeceptori uerborum regula conſtet,*
*Vt legat hiſtorias, auctores nouerit omnes,*
*Tamquam ungues, digitosq. ſuos, ut forte rogatus*
*Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat*
*Nutricem Anchiſae nomen, patriamq. Nouercae.*

Et ſicuti etiam Galeni teſtimonio comprobatur, qui Theagenis cuiuſdã philoſophi Cynici in Traiani gymnaſio quotidie publice diſputantis mentionem facit: Tria enim fuiſſe Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirẽtur, ex uarijs Galeni libris cog- In lib. de libris ꝓprijs
C noſcitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnaſia publica, & ἀκεστήρια. Inter quae ſcholam medicorum appellatam ſiquis recenſeat mea ſententia a uero non errabit. fuit autem ea in Eſquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatiſsima, ut ex ruinis illius partis a pluribus, & praeſertim a Ligorio obſeruatum fuit. Quid potiſſimum in hac ſchola fieret, nondum apud quemquam legi. At exiſtimo praeter diſpoſitiones, & alia medicinae ſtudioſorum exercitia ſimile quid tractari ſolitum fuiſſe, atque nunc in collegijs uocatis fit, quando & ſcholam eiuſmodi proprios tabularios habuiſſe, oſtendit marmor cum hac inſcriptione Romae ad D. Sebaſtiani repertum.

13. Meth.

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M'. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adoleſcentes, qui ut exercitationum obſeruationes, atq. modos addiſcerent, ad gymnaſia accedebãt, ubi a gymnaſtis ipſis quaſcumq. cupiebant exercitationes, edocebãtur; Adoleſcentes liberos palaeſtrã ediſcere ſolitos fuiſſe facile cõuincitur ex illis Parmenonis apud Terentiũ uerbis, quibus ille Chereã ſub forma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaeſtra, in muſicis, quae liberũ ſcire aequũ eſt adoleſcẽtem, ſollertẽ dabo. id quod clarius infra demõſtrabo. Tertiũ genus erant Athletae qui ibi ſe exercebant, ut in publicis ludis, ſeu in ſacris certaminibus poſſent & populum delectare, necnon uictoria ac praemijs potiri. & quod hoc fuerit, praeter Vitruuij auctoritatem Suetonius clariſſime demonſtrat dũ refert Neronẽ quandoq. gymnaſiũ ingredi ſolitũ, ut certãtes athletas ſpectaret. Quartũ genus erant omnes illi ſiue nobiles, ſiue ignobiles, qui uel militaris diſciplinae, & fortitudinis, uel tuẽdae ſanitatis, & boni habitus cõparandi gratia uarijs exercitationũ generibus incumbebant. atque inter hos Galenum noſtrum numerare poſſumus, cum ſcribat ſe anno aetatis ſuae trigeſimo quincto paſſum fuiſſe luxationem ſummi humeri in palaeſtra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fabricabãtur, licet enim frictiones fierẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoq. ſiue ulla exercitatione ſeorſum ab alijs, ut de Veſpaſiano tradit Suetonius, ſolum fricabãtur, quod intelligi poteſt ex Galeno frictionẽ ad exercitationes praeparatoriã a reliquis diſtinguẽte. Sextũ genus erant, qui lauabantur, atq. hi erant tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, ubi ſoli diuerſis tẽporibus lauabantur, multi erant qui etiã ſolia uel lignea, uel argentea (quod recitat Plinius) ſecũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt ubi uiliſſimi quiq. ponebant, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum imperatorẽ lauari ſolitũ, ubi plebs lauabatur quod & Titũ Caeſar. feciſſe ſcribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in gymnaſijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum uel balnearũ gratia ungebantur. Ab his poſtremo omnibus non pauci ſpectatores (ne miniſtros, de quibus infra loquemur, nunc recenſeam) in gymnaſijs conueniebant, qui non ob aliud, niſi ad uidendos exercitatores.

In Eunucho. ,, ,,

In 1. de artic.

2. de tu. uad.

E

F

A tatores ut pote otioſi & nullis negotijs occupati eo accedebãt. Quo in loco id etiam animaduertendum cenſeo, diebus feſtiuis gymnaſia magis frequentata fuiſſe, quando artifices, aut alijs ſeruitijs detẽti otiantes in illis ob remittendos laboresq́, & uoluptatem capiundã uerſabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uerſarẽtur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare auſim, niſi quod Romanã maieſtatẽ illud dedecuiſſe uidetur, facileq. fieri poteſt, ut impurae aliquae & ſpectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice uerſarentur in gymnaſijs, necnon in locis ſeparatis, quae ibi lauãdis feminis ſolis exſtructa eſſent, perinde ac in priuatis balneis honeſtae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri loco natae, quã illuſtriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas aſinas B fetas per omnia ſecum trahebat, & balnearum etiam ſolio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum ſcripſit.

Lib. 11. ca. 41.

aut pinguia Poppaeana.
Spirat &

Saty. 6.

*Incipit agnoſci, atq. illo lacte fouetur*

Propter quod ſecum comites educit aſellas, in quem dealbãdi corporis uſum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis uſurpaſſe meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaeſtris exerceri ſe conſueuiſſe, praeter alios, ſatis teſtatum facit Propertius libro tertio

1. de alime. fac.

*Multa tuae Sparte miramur iura palaeſtrae,*
*Sed mage uirginei tot bona gymnaſij,*
*Quod non infames exercet corpore ludos*
C *Inter luctantes nuda puella uiros,*
*Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,*
*Increpat & uerſi clauis adunca trochi,*
*Pulueruleutaq. ad extremas ſtat femina metas,*
*Et patitur duro uulnera pancratio,*
*Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris*
*Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat.*

Neq. de hoc Spartanorũ more quiſquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauiſſimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum ſtatum maximopere conducere, ſi mulieres tam iuuenes, quam ſeniores una cum uiris nudae in palaeſtris, atq. gymnaſijs exerceantur, quod an ſapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex conſuetudine conſequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non eſt locus examinãdi.

De

*De Gymnaſiorum diuerſis partibus. Cap. IIX.* D

VITRVVIVM qui Auguſti Caeſaris aetate floruit, ſolum palaeſtras graecas tradidiſſe ex ipſius uerbis cõſtat, quã do nondũ Romani Imperatores ſuas exſtruere coeperant, quas poſtea exſtructas ſicuti in multis Graecorũ gymnaſijs ſimiles fuiſſe probabile eſt, ita pariter ueriſimile fit Romanos (ut ſolet eſſe poſteriorum in excolendis rebus mos) plura ſuis addidiſſe, quae uel Graecos latuerant, uel parũ ab illis aeſtimata fuerant: Quocirca partes gymnaſiorũ magis principales explicaturus haudquaquã ſolas a Vitruuio ſignificatas in medium afferã, ſed illas nullo ſitus ordine ſeruato enarrabo, quas diſperſim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipſius ratio expoſtulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaeſtris exſtitiſſe: quãquã Vitruuij auctoritatem numquã multi faciendã exiſtimaui, nempe quẽ παραδοξόλογον & ſua aetate minime aeſtimatũ puto, quod enim ab Au- E guſto nullis egregijs Fabricis, niſi ſolis Baliſtis praefectus fuerit, quãdo ſcilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exſtruebãtur, quod etiam a nullo fere poſteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel ſaltem adulteratus putatur, magnã certe ipſius exiſtimationis ſuſpicionem merito parit. Ergo primae gymnaſiorũ partes fuerunt porticus exedris ſiue cubilibus apertis plenae, in quibus philoſophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. diſciplinarum amatores diſputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum ſitas fuiſſe conijcere poſſumus tum ex ipſa figura, tum ex prouerbio inde nato (Diſcũ quã philoſophũ audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodẽgym- F naſio inter philoſophos ſedentes, atq. inde diſcorũ crepitus audientes relicta ſapiẽtiae ſchola ad proximũ certaminum locum erumpebant. In exedris philoſophorum adoleſcentes atq. pueros illos, qui diſciplinarum ſtudijs operã nauabant, uerſatos eſſe rationi conſentaneum eſt: quod eſſent illae ueluti ſcholae quaedã, & poſſent facillime poſt animorũ exercitationes corpora ad ſanitatem, uel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, ſubindeq. lauari. exſtat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ poſt lectionem operam modo palaeſtrae, modo ſphaeriſtirio, modo curſui, modo lenibus luctis dediſſe, mox balneum introiuiſſe. Inter has adnumero quoq. medicorum ſcholas. Secunda pars erat Ephebaeum, ubi mihi ueriſimile apparet eos conuenire, atq. de praemiis, & exercẽdi genere pactio-

nes

A nes facere ſolitos,qui ſimul exerceri,ac certare uolebant : quãquã ſciã Philandrũ eius opinionis fuiſſe, quod in Ephebaeo puberes exercerentur. qua in re ipſum ualde melius ſenſiſſe exiſtimo,quam Gulielmum Choulũ,qui in ſuo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrum uero apud Romanos,qui cum uiris ante decimum ſextum annum pueros commercium ullũ habere uetabant, hoc uerũ fuerit, affirmare non auderẽ. Neq. item negare poſſumus,Galeni tẽpore, pueros exerceri in palaeſtra conſueuiſſe,cũ is cuiuſdã aegritudinis, quã Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaeſtra acquiſiuerat, mẽtionẽ faciat:& praeterea in ſecũdo de tu.ual.ſic ſcribat: οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες.i. Sic autẽ, & qui- In lib de p̄ cogni. ad Poſthu.
B cumq.per funem ſcandit quemadmodum pueros in palaeſtra exercent, eos ad robur praeparantes.Ex quibus uerbis pueros in palaeſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis conſtaret, niſi id quoq. Plautus in Bacchidibus apertiſsime teſtatus eſſet, vbi Lydus Piſtocleri paedadogus patrum erga filios ſui temporis indulgentiam taxans de anteacti temporis moribus ita loquitur.

*Nego tibi annis uiginti fuiſſe primis copiam*
*Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus*
*Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram veneras*
*Gymnaſii Praefecto haud mediocres poenas penderes:*
*Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſſebatur malum*
*Et diſcipulus, & magiſter perhibebantur improbi.*
*Ibi curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila*
*Saliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs.*

C Vnde mihi cõijciendũ uidetur pueris ſummo mane palaeſtrã adeũdi praeceptum fuiſſe, ut uirorum, qui tunc non aderant, commercium uitarent,atque etiã litterarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet.etenim non defuiſſe qui pueros nudos uidere, & nefandũ eorũ amorẽ ſibi conciliare ex palaeſtris ſtuderent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum,qui locus (ut mea fert ſententia) pro denudandis hominibus,qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũq. agere uolebant,inſeruiebat,alias a Graecis ἀποδυτήριον,& a Galeno γυμναστήριον uocatus.Niſi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum ſignificat palaeſtras ab ipſo deſcriptas abſq. hac parte omniũ maxime neceſſaria exſtitiſſe dicendũ eſſet, quam nedũ in publicis gymnaſijs,uerum etiam in priuatis affuiſſe credo,ſi quidẽ Plinius Caecilius in deſcriptionibus uillae ſue Lau- Lib 2.& 5. Epiſt.

ren-

rentinae ac Tuſcorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde illorũ D ſententias probare nequeo, qui Coryceũ in Vitruuij textu legendũ putarũt a coryco pilae ſpecie, quaſi ibi ludus talis ageretur, aut couriceũ pro tonſtrina, aut coriceum tãquã in eo puellae, & uirgines χοράι a Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleotheſiũ

Li.2.epiſt. a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atque in iſto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungebãtur, redungebanturq.. Sed, quoniã opportunitas rei poſtulare uidetur, ut de hoc gymnaſtico ungendi munere uerba faciã, neque Metrodori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, ideſt de ungendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie exſtat, quattuor ego dicã: primum, quando, & qui ungerentur: ſecundum, quae eſſet unctionis materia: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo, & a quibus unctio adminiſtraretur. Illi qui uel loturi uel ſeſe exer- E citaturi in gymnaſium ueniebant, maiori ex parte ſpoliabantur in apodyterio: poſtea horum nonnulli, & praeſertim qui uel luctam, uel pancratium inire intendebant, (nã pugilatores, curſores, ac alij multi unctione non egebant) alipteriũ ingredientes ungebantur, atque ita uncti ad locũ, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, tranſeuntes puluere conſpergebantur, ſicq. deinceps in exercitationes diuerſas diuerſi prodibant: poſtquam uero ſeſe, quantum libuerat, exercuiſſent, iterum ad unctuarium reuertentes ibi a Mediaſtinis, & Reunctoribus ſtrigilibus ferreis, de quibus Martialis,

*Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,*
*Non tam ſaepe teret lintea fullo tibi,*

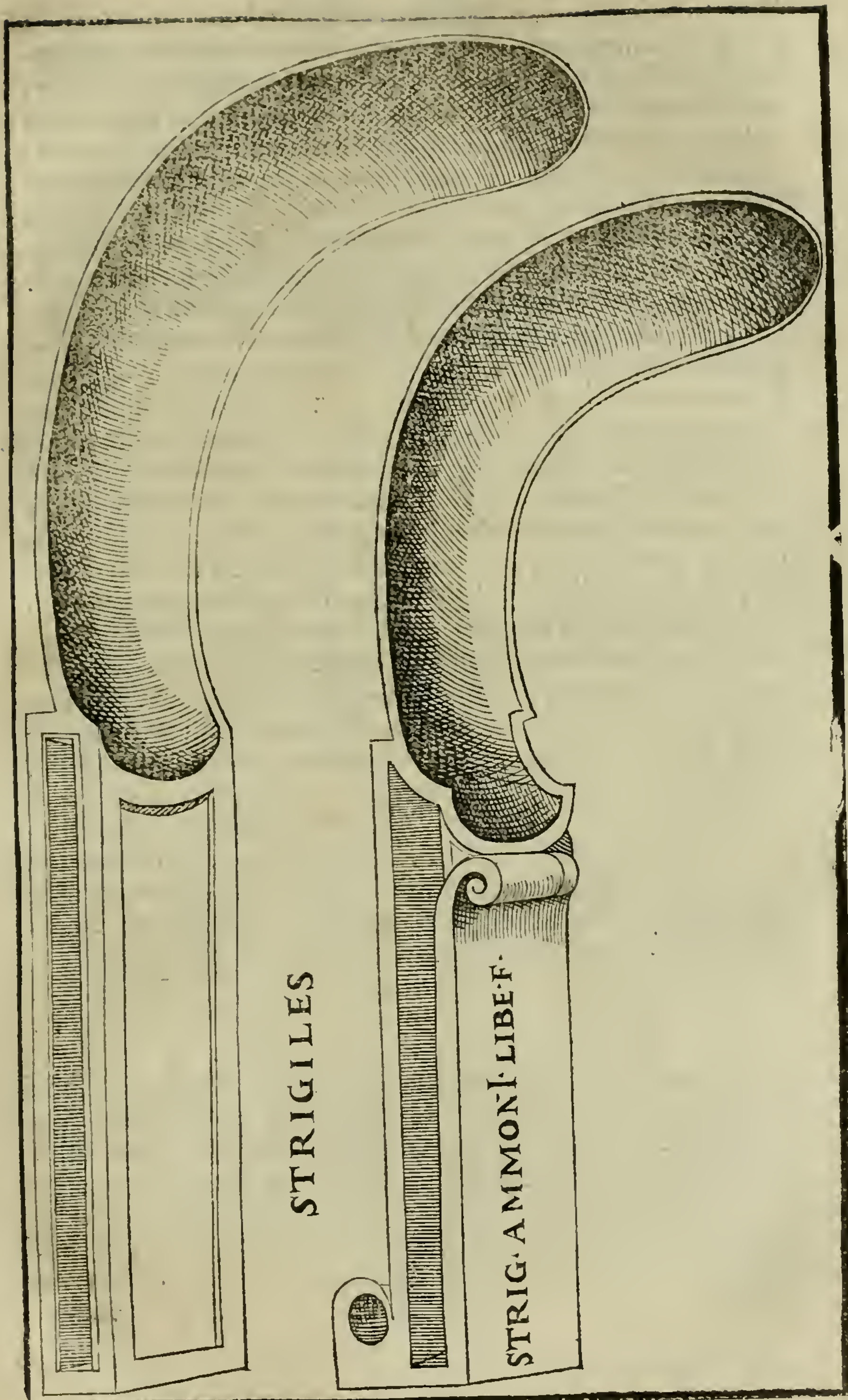
detergebantur, in qua deterſione oleum, puluis, & ſudor, quae deradebantur, ſimul mixta in uſum medicum adſeruabantur, & ab At-

Lib.1.c.3. Lib.34.c.8 Li. de ſim. me.81.&4. de tu. ua. Libro.5. & 10. de ſim. med. & lib.2.c.17.

ticis κονίσαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioſcoride, Pli F nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari poteſt: tametſi Auicennas libro ſecundo faciat mẽtionem etiam ſudoris ſicci athlẽtarum, quem puto fuiſſe illum, cui neq. oleum, neque puluis inerant. & quamuis Galeni aetate ſtrigiles adhiberentur ad balnei uſum, nihilominus balneorum ſtrigiles plerumque ſpongiae erant, uel linei, neque communiter ſemper adminiſtrabantur, ſed quiſque proprium ſecum gerebat, & praeſertim quicumque communia cum alijs inſtrumenta habere fugiebat, ut inſinuat Perſius Sat.v.

*I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer.*

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel aerei, quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei ſtrigiles erant quorũ pictura hic ponitur, qui ue olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti ſunt.


STRIGILES
STRIG· AMMONI· LIBE·F·

Deterſi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingredie-
bantur, ſed poſt egreſſi denuo ungebantur modo ſimplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapaſmate ad coercendos
li.21 c.19. ſudores, ut ſcribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tempo-
ra, interdum poſt balnea, quod Homeri temporibus obſeruatum
legimus, ut in 3. Odyſ. *Αυτὰρ ἐπεὶ λούσεντε καὶ ἔχρισε λίπ᾽ ἐλαίω*, id
eſt, Poſtquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumque 17.
*τοὺς δὲ ἐπεί δμωαὶ λοῦσαν, καὶ χρῖσαν ἐλαίω*, ideſt, Hos autem poſt
quam famulae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque an-
te, ſicuti refert Galenus vj. de ualetudine conſeruanda. De Archi-
mede quaedam apud Stobaeum ſcitu digna leguntur: eum ſ. aba-
co incumbentem, & figuras quaſdam ducentem a famulis ui ab-
ſtractum ungi ſolitum fuiſſe, atq. ipſum in corpore ita uncto figu- E
ras mathematicas ſaepe deſignare conſueuiſſe. Materia unctionis
pro exercitandis uaria fuit. Ariſtotelis tempore, & oleo ſimplici, &
aqua mixto ungebantur: Is enim quincta problematum particula
ſcripſit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibe-
tur, magis laſſitudinem tollere, quam oleum ſimplex, quoniam
ita interius penetrãs exſiccata membra humectat. auctor eſt Plinius
Lib.15. c.4 Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnaſia
inuexiſſe, de quo dicebat Anacharſis Scytha eſſe inſaniae pharma-
cum, quoniam eo peruncti athletae inſanirent. Butyrum quoque
apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortaſſe oleum,
interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in uſu fuiſſe
li.31. cá.14. & lib. 28. teſtatum reliquit Plinius, & poſt ipſum Galenus: fuit & aliud mix-
c. 9. turae genus poſterius inuentum ex oleo, puluere & cera commix- F
3 de alimé. fac. c 15. tum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inue
nio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animo-
rum amiſiſſe dicit: ſicut & apud Martialem libro quarto:

*Seu lentum ceroma teris* & *libro V.*
*Vara nec iniecto ceromate brachia tendis.* & *lib. VII.*
*Et caſtigatum Lydiae ceroma palaeſtrae.*

Scribit item Plinius oleum in gymnaſijs condiri odoribus, ſed uiliſ
ſimis conſueuiſſe. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes
adhibitis intelligi debent: cum poſt exercitationes, & poſt balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae ſoli laſciuiae atque libidini inſeruie
bant. atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã
do ſcripſit, Solonem uetaſſe ſeruis unctiones ſiccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, non item mulierum coniugium, niſi potius unctiones extra balnea factas, ſeu diapaſmata intellexerit. Quo fine demũ praedictis unctionibus gymnaſia adeuntes ungerentur, diuerſa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in. 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admiſceri ſolitum, ut ſuo frigore, & ſiccitate olei aeſtum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine ſcripſit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi conſueuiſſe, ut membra emollita labores ſine rupturae ullius periculo ſuſtinerent, quam ſententiam ſecutus eſt quoque Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur ſenſiſſe luctatores puluere ſeſe conſpergere ſolitos fuiſſe, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo ſermonem faciens ait. Prob. 119.

B *Auxilium membris calidas infundit arenas.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius ſententiae fuiſſe uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum ſudorem, ne tantopere delaſſarentur. Ego autem cum Luciano exiſtimo potisſimũ uſum pulueris exſtitiſſe, ne oleo manus laberentur, ſed facilius exercitatores ſeſe comprehendere ualerẽt, neue ſudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de cauſſa a Martiale puluis ille ἀφή uocatus fuit, ut ibi (flaueſcit aphe) unde ſi qui aduerſarios perunctos, & ſine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pauſaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenetem ſcribens.

C *Quis circum pagos, & circum compita pugnax* lib. 1. epiſt. 1.
*Magna coronari contemnat olympia, cui ſpes,*
*Cui ſit condicio dulcis ſine puluere palmae?*

Ex quo ſatis mirari nequeo Budaeum, uirum ſane doctisſimum, qui in ſuis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, maluerítque, ἀκονιτί, ideſt, ἄνευ ἀγῶνος, ſeu ſine certamine dictũ eſſe. Alij ſunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas laſſitudines. Galenus ſentit oleum tam ad exſoluendam praeteritam laſſitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxiſſe. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. 6. de tu. ual. c. ult.
Quae uero poſt balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inſeruiſſe, ne humiditas in balneis acquiſita euaneſceret, neue reſeratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exſpiraret. quamquam

etiam aliqui delicatiores uoluptatis & laſciuiae gratia odoriferis D
unguentis, aut ſicci diapaſmatis ad comprimendum immodera-
tum ſudorem, ut ſcribit Plinius, poſt balineas ungebantur, de qui-
bus Martialis.

*Quid quod olei grauius mixtum diapaſmate uirus.*

li.13.c.2.& Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: eſt
li.21.ca.19. lib.1. tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius ſeipſos fricaſſent, ma
nibus proprijs hoc egiſſe, aut alterum ab altero uiciſsim unctum,
quod Lucianus in Gymnaſijs ſcribit; licet etiam a ſeruis gymnaſti-
cis, atque reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipſi prius ad ma
iorem unctionis penetrationem fricantes tandem uniuerſum cor-
pus modo leniter, modo ſecus prementes perungebant, &, prout
temporis conſtitutio poſtulabat, alias tepidum, alias calidum, alias
frigidum linimentum applicabant: atque haec omnia ut pluri- E
mum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Coniſterium, Polluci
κονίστρα uocatum, quincta gymnaſij pars, in quo poſitus puluis con
ſeruabatur, ut poſſent uncti ſtatim illo conſpergi. Ex uarijs regio-
nibus in hunc uſum pulueres aduectos legimus, ſed duo palmam
habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

*Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,*

& Aegyptius, quē Romā in hunc uſum aduehi ſolitū refert Sueto-
lib.35.c.15. nius in Nerone, quemadmodū & Patrobiū Plinius tradit Neronis
libertum ex Nilo arenā tenuiſsimam non multū a Puteolano pul-
uere diſtantem ad debellanda corpora palaeſtrae ſtudijs aduexiſſe,
eandemq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni duci
bus cū reliquis militaribus cōmercijs portatā. cui forſan haud abſi-
milis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā deſcribens loquitur. F

*Inque uicem fuluae tractu flaueſcit arenae.*

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaeſtritarum exercita
tiones iniret, dixit ipſam flaueſcere hac arena, quam aphem ab il-
lo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum in-
ſeruiebat. ἀφὴν namq. tactum ſignificare, nemo neſcit.

## *De Palaeſtra, & alijs Gymnaſij partibus. Cap. IX.*

HACTENVS quinque Gymnaſij partes, quae etiam in palaeſtra graecorum a Vitruuio deſcriptae inueniuntur, Philoſophorum exedras, Ephebaeum, Apodyterium, unctuarium, & coniſterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodem praetermiſſas, & ab alijs indicatas, par-

tim

A tim ab ipſomet explicatas proſequemur. Erat itaque ſexta pars locus quidam palaeſtra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila, ſaliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs, & ubi ſcribit Galenus has exercitationes peragi ſolitas luctam, pugilatum, appenſionem manibus ad funera ſtare pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita perſiſtere, quod genus halteres uocatum eſt, ſciamachia, & armorum pugna: Galeno uero aſſentiens Oribaſius Pergamenus faſſus eſt non modo has, ſed & alias ſexcentas fuiſſe palaeſtrae exercitationes. Vnde animaduertendum eſt, palaeſtram apud utriuſque linguae auctores multa ſignificare, primo totum ipſum gymnaſium, ut eſt uidere penes Vitruuium, ſecundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneũ, quo pacto locutus eſt Cicero in Epiſt. tertij lib. ad Q.F. prima, &.2. de legibus, dum uillam ſuam Arpinatem deſcribens palaeſtram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos. In Bacchidibus. 2. de tu ualet. ca. 9.

B

*Pars in gramineis exercent membra palaeſtris,*

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a ſua palaeſtra exit foras. Tertio certam gymnaſij partem, in qua ex ſententia Plauti, Galeni, & Oribaſij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum ſordes collectas in panno applicatas ſurunculos maturare ſcripſerunt Plinius, & Theodorus Priſcianus. in qua ſignificatione accepiſſe Catullum puto, ubi dixit 6. collec. c. 14. De Betecithim. li. 1. ca. 36. li. 5 de ſim. med.

*Albero foro, palaeſtra, ſtadio, & gymnaſiis?*
*Miſer ah miſer.* & Afranius ſcribens, lib 1. de legibus. lib. de claris Orat.

C

*Etiam depellis mihi manum per palaeſtricos,* ideſt,
Palaeſtrae uſum (ut ait Nonius) callentes. lib. nat hiſto. 27. c 4

Quod autem a palaeſtrae muris, ſtatuis, atque columnis ſtrigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae uſus ſeruarentur, abunde teſtati ſunt Dioſcorides, Plinius & Galenus, quae ſtrigmenta quandoq. a ludorum magiſtratibus octingentis ſeſtertijs uendita fuiſſe tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipſam palaeſtrarũ interdum palaeſtram uocari, ſicuti quandoq. M. Tullius pro palaeſtra actiones ordinate, & uenuſte factas metaphorice intelligere uiſus eſt auctoritate Lucilij, cuius hic uerſus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortenſi eſt ad eam rem nata palaeſtra.* nec non Plato in Charmide pro Taurei palaeſtra locum ſignificauit ubi uiri docti ad colloquendum diſputandumq. conueniebant. Ad haec Prob. 4 Plutarchus in ſecundo ſympos. palaeſtram uocatum ſcribit locum,

ubi athletae exercerentur, & in quo ſolum lucta, & pancratium D
non curſus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus
quandoque palaeſtram nuncupauit, ubi athletae ſolum, & crasſitu
dini corporis ſtudentes exercerentur: Forſan autem dubitauit ali-
2. de tu. quis an in palaeſtra hac puluis ſtratus eſſet, quoniam Galenus ipſam
ual. cap 9. a loco, ubi puluis erat, ſeparaſſe uidetur hiſce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
„ τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
„ καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
„ ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
„ λαίστρας δεῖται: id eſt: Sed & haec abſque palaeſtra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis ſtantibus fieri poſſunt: quae uero lucta inter ſe contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto puluere, uel palaeſtra opus habent. Cui ita reſponſum uolo, etiam in palaeſtra fuiſſe ſtratum puluerem, ſed humilē, E ac modicum, ita quod duo fuerint loca puluere ſtrata, alterum palaeſtrae, alterum extra palaeſtram: in illo puluis humilis, in hoc altus & copioſus eſſet: cuius pulueris in utroque uſus erat, tum ut certantes firmius contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiā ut qui in terra deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius comparabant. Quae omnia ſignificauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, ubi ſcribit ſe uidiſſe athletas, ſaepius, ne a puluere ſuffocarentur, periclitantes, & ubi Adoleſcentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenoſa facto ualde exſiccatum ad gymnaſium ſe contuliſſe: quod ex ijs eſſet, qui F illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaeſtra quoque dicta ſit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in ſuis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, ſane non uideo. Septima gymnaſij pars fuit ſphaeriſtirium, ubi uariae exercitationes, & praeſertim cūcta pilae exercitia, quae plurima extitiſſe infra demonſtrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non eſſe coriceum a Vitruuio deſcriptum ſatis in ſuperioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnaſijs tamen fuiſſe multis uerbis oſtendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnaſijs hortisue Sphaeriſtirium una cum alijs exſtructum fuiſſe, locupletisſimum teſtem habemus iuniorem Plinium, qui uillas ſuas deſcribens Laurentinum & Tuſcos in utriſq. ſphaeriſtirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

libr. 11. de uſu partiū. & li. de cau ſis procatarticis.

lib. 2. c. 4.

cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari poteſt, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus hoſpiti ſuo medico mandaſſe diceretur ut in hortis eius quos Rauennae habebat, in quos omnibus annis ſecedere ſolebat, ſphaeriſtirium & hypocauſta & quaedam ipſius ualetudini apta ſua impenſa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in ſphaeriſtirio nedum pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri conſueuiſſe, quãdo & in ipſo Veſpaſianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius) ſibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, ſitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota periſtylij area quae & ad ſubminiſtrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad ſpatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaeſtra, nec in B alto puluere, nec in xyſtis alijsue locis fieri poſſent. Has locum cõculcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuiſſe opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue ſtratae, ſed rudes & aequato tantum ſolo forent. In his curſum factum exiſtimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi conſtitutos, tametſi apud Vitruuium nil aliud fuerit diaulos, quam peryſtiliorum quadratorum circumitio duobus ſtadijs definita. In ipſis etiam ſaltus, & diſci exercitationes, quas palaeſtrae negauit Galenus (ut mea fert ſententia) interdum habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam utraque apud graecos & Latinos non parum diſcriminis obtinent, ſi quidem xyſtos hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aeſtate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xyſta au- C tem ſubdiales ambulationes, ubi hieme tempeſtate leni e porticu prodeuntes, & aeſtate fere ſemper exercebantur, ac ambulabant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas ſcribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus conſitae ad praeſtandum amoenitatem, atque illis, qui a ſole offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuiſſe ſcribit: De ijſdem quoque Plinius ſecundus ſermonem habuit quando in depingendis Tuſcis ac Laurentina uillis ſuis xyſtos toties decantat. Nec alium locum intellexit Iſchomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xyſto factam nominauit, ſicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni ſententia ſalubriorem facit ambulationem in uiis, quam in curſibus ſub hiſce uerbis: Τῷ „
δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦ „

li. 2. epiſt. & 5.
lib. 17 c 16

lib. 12.

Loco citato.

In Oecon.

„ *μαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι*, idest, Tuo autem, & meo ſocio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorem laſsitudinem ijs, quae fiunt in curſibus, parere dicit. Id quod ſi Ficinus recte penſitaſſet, melius Platonis uerba in noſtram linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eaſdem ambulationes intellexit Iuſtinus martyr, cum in principio dialogi ſui dixit: *περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις*, hoc eſt, ambulanti mihi in xyſti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Graecorum. D

E

*De Balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio.* *Cap. X.*

DECIMA gymnaſiorum pars fuit Balneum, quam ob delicias, atque ſanitatem omnium maxime aeſtimatā fuiſſe certum eſt, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorem exſtitiſſe opinor ego, tum quia (ut Galenus ſua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium uſque ad Aſclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut ſcribit Galenus nondum publica balnea, aut priuata accommode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis balnea indigebant pro uariis lauandorum commoditatibus, quae neceſſario ſpatium maius requirebant, & ob id columnis, ac ſuperbiſſimis marmoribus exſtruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri uſi ſint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a Seneca, quod quiſq. pauper ſibi uidebatur, ac ſordidus, niſi parietes balneorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina marmora Numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis undiq. operoſa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, niſi uitro conderetur camera, niſi aquam argētea epiſtomia fudiſſent. Ne ſtatuarum, & columnarum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil niſi gemmas calcare uellent. Etruſci balneum a Martiale, & Statio elegantiſsime deſcriptum qui lectitarit, non poterit maiorum in exſtruendis balneis magnificentiam, atque luxum ſatis admirari: ſed de his ſatis. Vt autem de gymnaſiorū balneis paullo F

3. com. de uic. acut.

Epiſt. 87.

lib. 6.
lib. 1. Sil.

A lo plenior habeatur cognitio, haec in praeſentia ſolum (quando iã Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir poſt primã horum commẽtariorum editionẽ uniuerſam de Balneis materiam abſolutisſime tractauit) explicabimus. Primo, qualia eſſent, & quae loca balneis deſtinata: Secundo, quae uaſa, & aeris diſpoſitio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarẽtur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquã dulcẽ uel pluuia collectam, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatam omnes ſciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. ſaepenumero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegroti, aut ualetudinarij utebãtur, non gymnaſia ingredientes, de quibus ſolis nos loqui intendimus. niſi immenſam Neronis & profuſam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nõ B contentus aquis, marinas teſte Lampridio, & Suetonio atque Albulas in ſuas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuerſum conſtituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuiſſe reperio, frigidam lauationem ſiue λȣτρον, frigidarium, tepidarium, ſudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inſeruiebant, fuerunt hypocauſtum, aquarium, & uaſarium. Haec omnia loca cõcamerata & fornicũ modo fabricata fuiſſe cognoſcere poſſunt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenſeri, quam a Vitruuio deſcripta inueniantur, quoniam, quae ipſe deſcripſit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia extruere coeperant, in quibus multo Graecis laſciuiores, plura etiam loca diſpoſuerunt. Frigida lauatio, ſiue λȣτρον, C locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praeſertim piſcina, alias baptiſteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis uſu ab auctoribus citata poſita erant, tum ob aeſtatem quãdo ſimilis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam proſequebantur ſiue ob ualetudinem, ſiue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quẽ rarisſime in caldarijs, fere ſemper in piſcinis lauiſſe ſcribit Lampridius. De huius uſu plura apud Oribaſium ex Galeni ſententia uideri poſſunt in decimo collec. lib. auctor eſt Lampridius Heliogabalũ numquam in piſcinis lauari paſſum eſſe niſi illae croco, alijsue pretioſis unguentis fuiſſent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui ſtatim poſt egreſſum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uaſa reperiebantur, ut poſſent aeſtate plures conuenire. non defuerunt qui in hac parte piſcinã pro natationis ſtudioſis, de qua copioſius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epiſt. ad. Q. Fra. epiſt. 1.

poſitã fuiſſe crediderint. At mihi uериſimilius uidetur eam in frigi- D
da lauatione,ubi alia frigida aqua ſeruabatur, exſtitiſſe,cum in fri-
gidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur : In parte fie
ri poteſt,ut loturi exſuerentur quoque,tum quia apodyterium cõ-
munis pro exercitatoribus ſpoliandis locus non parũ diſtabat,adeo
quod loturos,ſi ibi ueſtimenta depoſuiſſent,nudos per ephebaeũ,
frigidam lauationem,& reliqua loca tranſire neceſſum fuiſſet: tum
quia probabile eſt in Ephebaeo homines ſaepius inueniri conſueſ
ſe,a quibus loturos haud quaque nudos conſpici honeſtum erat. ex
quo ad haec omnia euitanda facile eſt in frigidario ſeſe exſuiſſe, eo
magis quod Varro atq. Plinius teſtati ſunt,tam in urbibus quam ru
ri apodyterium quoq. fuiſſe balnei partem,quemadmodum etiam
Galenus atq. Oribaſius ſignificare uiſi ſunt, ubi qua hora iuuenis
temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnaſterium E
temperari debere mandarunt,quod nullum aliud eſſe poteſt, niſi
frigidarium ipſum:in quo & ſudores detergebantur.ſiquidem Ga-
lenus.x. Methodi libro partes balnei enumerãs quattuor ſtatuit, ca
lidarium,calidam lauationem, quam λοῦτρον uocat,frigidam laua-
tionem, & quartam,in qua ſudores detergerentur : ſed haec potius
coniectura, quã ullo certo iudicio intelligere conceditur.nec quiſ-
quã hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem,Galenus aliã
λοῦτρον uocent, quandoquidem non eſt rationi diſſentaneũ,utraſq.
eo nomine deſignatas eſſe,cũ in ambabus homines lauarentur. Fri
gidario adnexum tepidariũ duobus hominum generibus inſerui-
bat,tum illis,qui tepore aeris aut aquae,uel utriuſq. ob uoluptatẽ,
ſiue ualetudinem frui uolebant;tum illis,qui aut frigida,aut calida
lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio ſiue frigidario ad F
calidarium , & rurſum a balneo calido ad frigidarium,ſeu frigidam
lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horre
rent,aliterue offenderentur,tepidario pro medio quodam uteban
tur, in quo exeuntes de frigido,ſeu calido loco tamdiu morabãtur,
quouſq. ad alterum eorum citra noxam recipiendum ſeſe diſpoſuiſ
ſent. quamquam etiam fieri poteſt,ut in priuatis balnearijs tepida-
rium,& apodyterium idem locus fuerint, ob ſpatij paenuriam,uel
quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpina
tem uillam , quae iudicio Quincti fratris ſui aedificabatur, inuiſiſ-
ſet,ſe aſſa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouiſſe
ſcribit. in quo ſatis aperte demonſtrat, apodyterium, & laconicũ,
ſiue calidam,aſſamue,ut ipſe & Celſus uocant,ſudationem coniun
cta fuiſſe eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniũ
cta

2.đ re ruſ. in pro.5. epiſt. lib. 3 đ tu.ual. 10.col.c.6.

lib.3 epiſt. ad Q. F. ep. prima.

A ĉta interdum fuiſſe ſaltem poſt Vitruuij tempora opinamur, etſi is lib. v. cap. x. huic ſententiae omnino adſtipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celſo Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra ſe continens, ad prouocandum ſudorẽ potisſimum inſtituta, & ob id a nonnullis calida ſudatio, ſicuti a Cicerone & Cor. Celſo aſſa nuncupata. de qua ſermonem faciens Columella, haec cõtra ſui temporis mores: ſcripſit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto ſudore ſitim quaerimus. In hac uapor calidus, ſeu calor ſiccus incluſus ſudorem prouocabat, haud aliter, ac ſuper Baias myrtetis, ubi tempore Celſi e terra profuſus calidus uapor aedificio incluſus maximos ſudores ciebat. cuius Horatius quoque meminit in Epiſt. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3 ad Q. F. epiſt. 1. In pro. li. de re ruſtic. li. 1. ad Vallam.

B *ſane myrteta relinqui*
*Dictaq. ceſſantes neruis elidere morbos*
*Sulphura*

Qui apud Vitruuiũ Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipſius Vitruuij lectitantes facile cognoſcent, utraq. ab ipſo ſeparari, dum praecipit Laconicum, ſudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeſte Celſus laconicum uocat, ubi calor ſiccus eliciebat ſudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarisſime ſignificauit Martialis, balnea Etruſci deſcribens ſub his uerbis. lib. 5. c. 10.

*Ritus ſi placeant tibi Laconum,*
*Contentus potes arido uapore,*
*Cruda Virgine, Marciaq. mergi.* Lib. 6.

C Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemiſphaerium camerata foret, idem cum ſphaeriſtirio a nobis ſuperius explicato effeciſſe. quibus plane aſſentiri nequeo, quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido ſudationibus aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in ſphaeriſtirio fieri cõſueuiſſe tradit Plinius, exercerẽt: fuiſſet namq. (ut eſt in prouerbio) camino oleũ addere, ſi exercitationes per ſe corpora ualde calefacientes in calidisſimis locis egiſſent. De laconico poſſunt uerba Iuuenal. intelligi, ſi uerſus ita reſtituatur. quidquid dixerint alij: v. Epiſt. li.

*Qui Lacedaemonium proptyſmate lubricat orbem.*

nam taxat quendam, quod in Laconici ſolio copioſe exſpuẽdo efficeret, quo minus in ipſo pedes ambulantium firmari ualerent. Poſt Laconicum ſequebatur cella calida labris aquae continendae poſitis referta. in qua quod lauarentur, calidae lauationis a Vitruuio, &

a Ga-

x. Metho. a Galeno λουτρον nomen adepta eſt. hanc puto Archigenem apud D
Galenum viij. de compoſit. medicam. ſec. loc. uocaſſe ζεστόν. Erat
namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipſa quidquã
eſt in controuerſia poſitum. Cur Vitruuius in Balneis gymnaſiorũ
conſtruendis nullam tepidarij mentionem faciat, cuius, dum pri-
uatorum balnea doceret, aperte meminit, non ſum admodum cer
tus. quoniam ſi illud ſub concamerata ſudatione intellexit, ſeque-
retur etiam in tepidario ſudari conſueuiſſe, cum tamen in ſuperio-
ri capite ſudationes & tepidarium diſtinxerit; ſi ſub calida lauatio-
ne tepidarium ab ipſo comprehenſum fuiſſe placeat. quomodo er-
go calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiuſdem libri initio
tamquam diuerſa fecit? Itaque dicendum eſt forte concameratam
ſudationem & laconicum, & calidam lauationem complecti; tepi-
darium uero omiſſum, quia Graecorum palaeſtrae id non habe- E
rent. Quod porro ſcripſit Pollux libro ſeptimo, ἀλειπτήριον apud
Alexim fuiſſe balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum
idem alias ipſum inter gymnaſiorum partes adnumerauerit. niſi ue
limus penes Antiquos βαλανεῖον ſignificaſſe totum gymnaſiũ ip-
ſum. Atq. haec ſufficiant de publicorum in gymnaſijs balneorum
partibus. Fuerũt & innumera fere priuatorũ balnea, quae & aliqui
bus ex praedictis partibus caruiſſe, & alias habuiſſe ueriſimile eſt;
ſed de huiuſmodi non eſt inſtituti noſtri uerba facere. Quae autem
loca non eſſent intra balneas, ſed ipſis tantum inſeruirent, primo
hypocauſtum continebant, quod ſecundum Vitruuij deſcriptio-
nem erat fornax ſeu caminata ſtructura ſubterranea calidario, cali-
dae lauationi, atque uaſario ſuppoſita, in qua ad calefaciendum tũ
aquam, tum praedicta loca ignis ſuccẽdebatur, & ne exſtingueretur F
a ſeruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis fre-
33 quenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarũ
lib. j. Sil. apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet ſolum
caldariorum ita ſternendum eſſe inclinatum ad hypocauſim, uti pi
la cum mittatur non poſſit intro reſiſtere, ſed rurſus redire ad prae
furnium, atq. ſic facilius flamma peruagari ſub ſuſpenſione. De his
loquebatur Statius in deſcriptione balneorum Etruſci.

*Crepantis*
*Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat*
*Aedibus, & tenuem uoluunt hypocauſta uaporem.*

Vnde cuiuis manifeſtum eſſe poteſt, in quam graui errore uerſen-
tur illi, qui Hypocauſtum, & Laconicum idem fuiſſe crediderunt.
Auctor eſt Seneca epiſt. xc i. tempeſtate ſua inuentos eſſe parieti-
bus.

A bus impreſſos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima ſimul, & ſumma foueret aequaliter: illum uero calorem immitti conſueuiſſe ex Hypocauſto, & a Iuriſconſultis memoriae mandatum eſt,& ab Auſonio in Moſella ſic expreſſum:

*Quid quae ſulfurea ſubſtructa crepidine fumant*
*Balnea, feruenti cum Mulciber hauſtus operto*
*Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,*
*Incluſum glomerans aeſtu exſpirante uaporem.*

Horum autem tuborum ueſtigia adhuc quamplurima Romae conſpiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnaſijs. Ante hypocauſtum uia quaedam erat propnigeum, quaſi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque caldario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continen-
B dam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fiſtulas corriuandam. Non lõge ab hoc ſitum fuit uaſarium, ubi uaſa conſeruabantur balneorum ſeruitijs neceſſaria, & ubi aqua pro ipſis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uaſa ſupra hypocauſtum tria compoſita fuiſſe, unum calidarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae calidae exiſſet, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinſecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidisſimo loco auerſo a Septemtrione & Aquilone ſita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebant. Quod Oribaſium ſignificaſſe puto, ubi ex Galeni ſententia Architectos optimos balneorum domos
C ad octauam horam uerſas cõſtruxiſſe ſcribit. Sin autem natura loci impediuiſſet, utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, ſub quo labrum exſtruebatur: circa labrum erant ſpatioſi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio ſchclae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumſpectantes recte ſtabant, nec ſuis umbris lucem, quae ſuperius capiebatur, obſcurare poterant. De aeris porro intra balneum exſiſtentis ſtatu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauisſimis ſcriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis uſos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempeſtate maxime calidas in pretio habitas fuiſſe, adeo quod de illis dicere licebat *Huc*
*Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.*

lib. 5. c. 10.

lib. 9. coll. Cap. 10.

Epiſt. 87. lib. 8 ſym. prob. 9.

Quales

Quales fortaſſe Neronianae thermae exſtiterunt, de quibus Mar- D
tialis ſic ſcribit libro quincto.

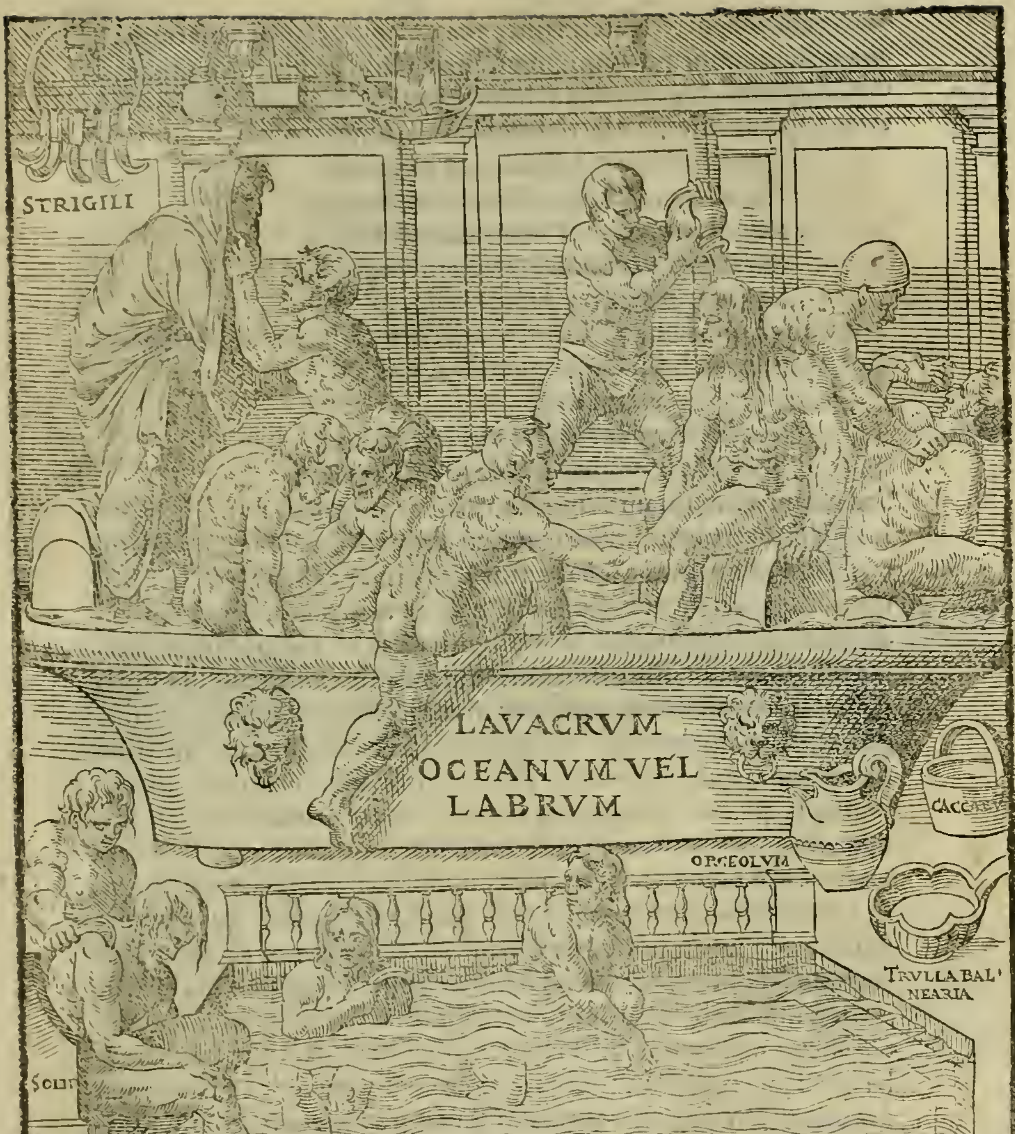
*Si temperari balneum cupis feruens*
*Fauſtinae, quod uix Iulianus intraret,*
*Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,*
*Neronianas is refrigerat thermas.*

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo poſt Senecam, & Plutarchum floruit, balnea uſq. adeo calida in uſu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utēdi haudquaquam tunc omnibus communem fuiſſe, ſed aliquibus peculiarem, pro comperto habeo: etſi Seneca teſtatur apud ueteres hoc quoque nobilisſimos aediles officio functos eſſe, intrandi ea balneorum loca, quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac ſalubrem temperaturam procurandi: ſed tempore ſuo illud in deſuetudinem abijſſe, ut balnea tunc ſimilia incendio forent. Vaſa, quibus lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calda lauatione, in frigida piſcinae & baptiſteria nuncupabantur: adeoq. magna erant, ut etiam in ipſis aliquo pacto natare concederetur: atque horum ueſtigia adhuc Romae in aliquibus thermarum ruinis conſpiciuntur: Quae moueri poterant, tametſi in priuatis balneis ut plurimū fierent; attamen in publicis quoque, ſed ob priuatorum forſan uſus, exſtitiſſe opinor: & haec diuerſas figuras habuerunt. alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiuſculam, alia oualem, ſicuti nunc apparet ex uetuſtiſsimis, quae adhuc Romae ſuperſunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus, a Pyrrho Ligorio ex ſuis praeclariſsimis rerum antiquarum monumentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis rebus intelligendis ſagaci lectori accommodatiſsimam putamus.

Epiſt. 87.

E

F


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
ORCEOLVM
TRVLLA BAL'
NEARIA

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce ſcriptis man
Lib. 7. data leguntur. fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere ten
Lib. 9. tarint, qualis Tucca a Martiale ſub his uerſibus deriſus.

*Non ſilice duro, ſtructili, ne caemento*
*Nec latere cocto, quo Semiramis longam*
*Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,*
*Sed ſtrage nemorum, pineaq. compage*
*Vt nauigare Tucca balneo poſſit.*

Tongillum quẽdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricaſſe, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uerſibus adducti.

*Exitus hic eſt*
Sat. 6. *Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,*
*Qui ſolet, & uexat lutulenta balnea turba.* E

Sed eorum ſententiam admodum probare nequeo, potiuſq. credo ſub Rhinocerotis nomine naſutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exſtitit. (de ſanis loquor, & gymnaſiorum ſtudioſis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus ſermonem haberi nõ poſtulat locus) Primam balneorum inſtitutionem ſemper fuiſſe exiſtimaui, ut quotidianas ſordes eluerent, poſſentq. mundo corpore cenare, qui ſingulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a ſorditie tuentur, uſus inuentus; aut ſaltem infrequens eſſet; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conſpurcabantur, atq. inde uel ſaltem ter, quaterue in menſe, uel, ſi ſemper mundi cenare gaudebant, ſingulo quoque die lauari cogebantur: quod poſteriores, qui in gymnaſijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac ſudoribus conſpurcabantur, ad eluendas ſordes factitaſſe ſemper, & ob id in ipſis gymnaſijs balnearum uſum inuectum rationi conſentaneum eſt. ſicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum conſtituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas ſordes ire cogerentur, quemadmodum ſcribit Vegetius: ita, poſtquam gymnaſia ob exercitationes inſtituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora conſtruere. Ab hoc autem uſu etiam ſemel tantum in die cenandi, & in ſtratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copioſe demonſtrabo, conſuetudo introducta fuit. Poſteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem uſam eſſe clare conſtat, & praeſertim tepidis, quibus exſiccatas, &

(Libro I. de re milit.) (F)

ab.

A ab exercitationibus, uel ſole, uel frigore ardentes corporis partes
attemperabant. Nec ſolum dulcibus aquis, ſed & medicatis ob de
licias uſos homines teſtatur Galenus in principio tertij de medica-
mentis localibus. Balneis aliquos uti conſueuiſſe quod non poſ-
ſent, neque ferrent cibos capere niſi loti, auctor eſt Plutarchus, qui In libro de
Titum Imperatorem hac de cauſſa interijſſe, ex relationibus eorũ, tu.ualet.
qui aegrotanti miniſtrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum
ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroboran- Aetius li 6.
di, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Poſidonio medico re- cap 10.
latum eſt; ut non temere Plinius in medicos inuectus ſit, quod per- Lib 29.
ſuaſiſſent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus cap.1.
nemo non minus ualidus exiret, obedientiſsimi uero efferentur.
B Summatim ob quattuor cauſas balnea in uſu exſtitiſſe ſcribit Cle-
mens Alexandrinus: ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ
τελευταῖον ἡδονῆς, ſiue ob corpora mundanda, tepefaciendaue,
ſiue ob ſanitatem, ſiue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur
Maiores ad leuandas laſsitudines, necnon ad corpora emollienda:
quae ideo ἀνθρωπωγναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conci- Lib.3 pac.
liandum ſomnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut ro- dag c 9.
buſtiores redderentur, calorq. naturalis intro repulſus maior eua-
deret; ideoque fere poſt calidas balineas ea adhibebatur, quẽ uſum
primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Muſam
Auguſti medicos, fratres, monſtraſſe refert Plinius lib. xxv. cap. vij.
Charmis quoque medicus Maſsilienſis, damnato calidorum bal-
neorum uſu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at-
C que in lacus aegros mergebat. qua de re exſtat Senecae adſtipula-
tio, ſeſe pſychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut re-
ferunt Plinius, & Agathinus apud Oribaſium) ad prorogandam
uitam, multaq. alia praeſtanda, frigidam lauationem conferre opi- li. xxviij.
nati ſunt; haec enim de ſeipſo refert Agathinus. Equidem ſaepe- cap.4.
numero a cena cum aegre in ſomnum delabor, propter aeſtum, li.x colle.
in frigidam deſcendere conſueui; & mirabile eſt quam iucundam cap.7.
noctem tranſigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante de- „
cimum quartum annum nihil ſoluiſſe, teſtatur Iuuenalis. „

*Nec pueri credunt, niſi qui nondum aere lauantur.* Sat.2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem qua-
drantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

*Dum tu quadrante lauatum*
*Rex ibis* & Iuuenalis. Sat.6.
*Caedere Siluano porcum quadrante lauari.*

Quaeritur

Queritur tamen Martialis, quod pluris ſibi balnea conſtarent ubi D
Lib. 10. ſcribit, *Balnea poſt decimam laſſo, centumq. petuntur.*

*Quadrantes.* Quod forſan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipſi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat eſt, quadrantem commune pretium fuiſſe: quin & Antoninum Pium balneum ſine mercede populo conſtituiſſe, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, ſenes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabãtur: ſed prae caeteris, phonaſchos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea ſolitos refert Gal. quod uocem ob laeſam,
3. de comp. med. ſ. G. & aſsiduis uocibus exaſperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. ſeruabant. Hoc ſimiliter uidetur Martialis in his de Menophilo uerſibus ſignificaſſe. E

*Menophili penem tam grandis fibula ueſtit,*
Lib. 7. *Vt ſit comoedis omnibus una ſatis.*
*Hunc ego credideram (nam ſaepe lauamur in uno)*
*Solicitum uoci parcere Flacce ſuae.*
*Dum ludit media populo ſpectante palaeſtra,*
*Delapſa eſt miſero fibula, uerpus erat.*

Qui Menophilus comoedus erat, & ſicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque ſaepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnaſiorum lauari conſueuiſſe perſpectum eſt, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiſcue: quod tamen non in cunctis eueniſſe credendum eſt, quando Heſiodus ſcriptor antiquiſsimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die. Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι.

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos diſtinctas fuiſſe, & uiris eas ingredi ob ſalubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menſtruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus ſi uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per ſolius aeris ingreſſum ſtatim eorum ſanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque ſexum promiſcue lauandi conſuetudo fuerit, neque prorſus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priſcae illi educationi Romanae minime conueniſſe uidetur: ex altera Varronis teſtimonium mulieres una cum uiris ſi non eodem lauacro, eodem

ſaltem

A ſaltem loco etiam antiquitus lauiſſe comprobat, qui libro de analogia ſecundo tradit in balneo coniuncta fuiſſe aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius uerba apud Gelliũ ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrũque ſexum ſimul lauari, ſed commoditas cõiungi deſiderabat. Niſi dicamus iſta omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel anguſtiſsima, & uiliſsima exſtitere, ſed de priuatis eſſe intelligenda: quemadmodum forſan Vitruuius intellexit, ubi utriuſque ſexus lauacra coniungenda monſtrauit. uerum enim uero poſterioribus ſaeculis mulieres promiſcuis balneis uſas eſſe, quamplurium probatiſsimorum auctorum teſtimonijs comprobari poteſt, inter quos primo ſeſe offert Iuuenalis, qui diſſolutos Romanarum feminarum mores carpens haec ſcribit. lib. 10. c. 3. lib. 5. c. 10. Sat. 6.

B

*Grauis occurſu, taeterrima uultu*
*Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moueri*
*Nocte iubet, magno gaudet ſudare tumultu,*
*Cum laſſata graui ceciderunt brachia maſſa*
*Callidus & criſtae digitos impreſſit Aliptes,*
*Ac ſummum dominae femur exclamare coegit,*

ex quibus neminem eſſe exiſtimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuiſſe, ibique & exercendo, & lauando ſine pudore ullo ſe uiris immiſcuiſſe. quod ſimiliter eius tẽpeſtate Martialis confirmauit.

*Omnia femineis quare dilecta cateruis*
*Balnea deuitat Blatara?* & Lib. 11.

C

*Cum te lucerna balneator exſtincta*
*Admittat inter buſtuarias moechas.* lib. 3 in Vetuſtinam.

Clemens Alexandrinus, qui ſub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inſcripſit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in uſu habuiſſe teſtatur, ſed omni pudore depoſito externis quibuſque libidinis gratia ſeſe nudas in ipſis ſpectandas praebuiſſe. Quos mores poſtea deteſtans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu ſcripta reliquit. Quid uero quae promiſcuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curioſis pudori ac pudicitiae dicata corpora proſtituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipſae illecebram uitijs praeſtant. Cui ſententiae multa etiam ſimillima a D. Hieronymo in Epiſt. ad Laetam de filiae inſtitutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perſpectum eſſe poteſt, lib. 3. ca. 5.

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perduraſſe, ut feminae atque uiri in promiſcuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem ſcribit Dion Caſsius uiros diſcretos a feminis lauari uoluiſſe: ſicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiſcua ſuſtuliſſe, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuiſſe, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando cenſoria lex lata traditur, ut mulieres a promiſcuis balneis abſtinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis cauſſa intrarent, ſub repudij, & dotis amiſsionis poena: quod poſtea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro ſancito receptum fuit. Qua ratione fieri poteſt, ut balneae aliquae muliebres in feminarũ dumtaxat uſum fuerint exſtructae, quales Agrippinae Auguſtae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priſcillam trans Tiberim ad euitandũ forſan hominum conſpectum habuiſſe refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: toti nundinis ſolum lauabantur. Ceterum poſt M. Pompeij aetatem coeperunt ſingulis diebus toto corpore lauari. Hora uero uſque a tẽporibus Homeri fere a pluribus obſeruata fuit paullo antequam cibus ſumeretur. nõ deerant tamen Galeni tempeſtate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipſe rigorem ſine febre uiſum tempore ſuo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari poſt cibum lauarentur, non eſſe uiſum ſcribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominũ prius exercebatur, deinde balnea ingrediebantur, nonnulli ſine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos poſt pilae ludum calidis balneis lauari conſueuiſſe: quod ſimiliter ante illum innuiſſe Martialem eo uerſu uideri poteſt.

[D] [E] [F]

Epiſt. 87. Lib. de tre. rig. & ſpoſ. In libro de paruae pilae ludo. Lib. 4.

*Redde pilam, ſonat aes thermarum, ludere pergis?*
*Virgine uis ſola lotus abire domum.*

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã ſignificabatur, quo pilae luſores, atque alij exercitatores ſtatim accurrerent: alioqui in gelidiſsima Virgine, quam & tactu iucundiſſimam, ſicut hauſtu Marciam, refert Plinius, iam clauſis thermis lauabantur. ſcribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuiſſe, & ſemper ante ſolis occaſum claudi conſueuiſſe, ipſumq. Imperatorem publicarum

Lib. 31. c. 3.

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidiſſe, quo & in nocte paterent. Non me latet quoſdam alijs horis lauiſſe, ſed uel extra gymnaſia, uel in gymnaſijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, uel conſuetudinis ut ſcribit Martialis de Fabiano.

*Laſſus ut in thermas decima, uel ſerius, hora* Lib.5.

*Te ſequar Agrippae, cum lauer ipſe Titi* Hoc certum eſt, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad ueſperam fuiſſe conſtitutum. cum enim ſemel dumtaxat in die ſaturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipſo opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis teſtatum reliquit.

*Sufficit in nonam nitidis octaua palaeſtris,* & Lib.4.

*Octauam poteris ſeruare, lauabimur una.* Lib.11.

B Hadrianus Caeſ. referente Spartiano ante octauam horam neminẽ niſi aegrum lauari uoluit. quam horam etiam Iulium Caeſ. prioribus ſaeculis ſeruaſſe, conijcere poſſumus ex Epiſtol. Cicer. ad Atticũ, ubi de Caeſare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam ſeptimã, nec quemquam admiſit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, poſt horam octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus eſt, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. Sed an perpetuo illam uitae rationem ſeruaret Caeſ. haud clare ex eo loco habetur; quando eius ſolius diei rationem exponit, in qua is ſecundum multorum conſuetudinem uomere deſtinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. ſine timore, & iucũde ederat, biberatque, ut (quod C erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus poſſet, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod ſicuti διαιτητικὴ a Graecis ſimplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum ſpectantibus ſita eſt, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud ſecius ἐμετικὴ, eſt illa ἀγωγὴ, ſiue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata eſt. Tot itaque de balneis gymnaſiorum, ac priuatis breuiter dicta ſufficiant, quorum uſus cum apud antiquiores rarior eſſet, Aſclepiades Pruſienſis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaeſtum trahens, cum ad medicinam ſe contuliſſet, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam ſanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad ſepulturam elatum miro gentium ſtupore, ut Celſus, Plinius, & Appuleius tradiderũt, uiuere cognouerat, breui compa

Lib. 13. Ep. ultima.

Hippoc. in libr. de ſal. dieta & ibi Gal.

lib. 2. c. 6. 27. na. hiſt. cap. 3. 4. Flor.

raſſet, eorum uſum frequentiorē reddidit. Vndecima, ac omnium D
poſtrema in gymnaſijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uolupta
te athletas certantes: ſpectabat: nilq. aliud erat, quam hemiſphoerium quoddam, multis gradibus conſtructum, unde poterant commode ſpectatores, qui ſemper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipſum & xyſtum ſeu peridromidas murus intercederet; atque inde per oſtium ex platanonibus gymnaſiorum athletae in arena ſtadij prodirent, & ſi a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen conſentaneum uidetur, uniuerſum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam ſupracitati Capitolini teſtimonio comprobari poteſt) muro concluſum, & propterea a gymnaſio ſtadium muri ſaepto diuiſum fuiſſe. De alijs gymnaſio fere neceſſarijs locis, ueluti lignario, uaſario, latrinis, triclinijs, at-
que eius generis multis non loquor, quod horum in palaeſtrarum E
deſcriptione mentio non habeatur, ad noſtrumque inſtitutum minus pertineat; ſicut nec quomodo ambulationes illae ſubſtratis carbonibus, atque cloacis proximis exſtruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in deſcribendis xyſtis praetermiſſa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exſtructas fuiſſe popinas, quas Iſidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inſeruiſſe, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra eſſent admodum exinaniti, diſſolutiue, haberent, ubi ſtatim refici poſſent. atq. has forſan Plinius intellexit Epiſt. iij. lib. j. quando poſt balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorū gymnaſijs.

*De accubitus in cena antiquorum, & ſemel dumtaxat in die*
*cenandi conſuetudinis origine. Cap. XI.* F

QVONIAM balneorum explicatorum occaſio iam ſuadet, noſq. ſupra polliciti ſumus de cenandi ſemel in die, & in cena accumbendi antiquorum conſuetudinis origine ſermonem habere; & ſi extra rem noſtram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum eſt, quin ſententiam noſtram in medium proponamus, alias eam libentiſſime mutaturi, ſi quis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi conſentaneam demonſtrauerit. Quod etenim maiores noſtri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & ueſpere tantum ſaturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu uſuri erant, quibus a medicis ueſpere cenare interdictum

fuiſſe

A fuiſſe ſcripſit Ariſtoteles, & exceptis Syracuſanis, quos bis in die cibis impleri, quaſi res noua eſſet, tradit Plato) ſatis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum eſt: ſed de his fuſius & melius in uarijs lectionibus noſtris tractatum eſt. quod ſimiliter fere omnes dum cenibant in ſtratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare oſtendentes, doctiſsimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, ut id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit. Ceterum undenam hae duae conſuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus ita appoſite & diligenter declarauit, quin poſteris dubitandi, & plura deſiderandi occaſionem reliquerit. Quod uel ob rei obſcuritatem, uel ob neglectum euenerit, ignoro. Ego ſane utraſque illas, & accubitus ſcilicet, & unius in die cenae conſuetudines a balneorum uſu manaſſe exiſtimo. & primo quod ita de accubitu ſentiam, pluribus, ijſque non ſpernendis coniecturis adducor; quarum prima eſt, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi ſedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

3. partic. Prob. 32. Epiſt. ad Dionem.

B (margin letter beside "reliquerit")

ἐς δ' ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyſſ.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε:

id eſt,

*At Proci ingreſſi ſunt, qui mox inde ſuperbi*
*Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis*

C & ubi Telemachus, eiuſq. ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt lotionem cenant ſedentes.

ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ' Ἀτρείδην Μενέλαον:

id eſt,

*Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum,*

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paullatim balneorum uſu, una quoque huiuſcemodi accubitus incrementum, praeſertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando ſcilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accumbebant, nec cum ipſis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſſe legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubuiſſe in publicis cenis credi poteſt ex eius in 7. Politic. ſcriptis, ubi puerorum in-

20. Etym. 1. dip.noſ.

D

ſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in commeſſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni, atque etiam Conſtantini Imperatoris tempora, cum in frequentiſsimo uſu balnea eſſent, ne dum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoſcunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes ſimul accumbebant, ſicuti hiſce uerſibus innuit Ouidius.

1. de arte amandi.

*Ergo ubi contigerint poſiti tibi munera Bacchi,*
*Atque erit in ſocij femina parte thori.* &,

lib. 1. amorum. Eleg. 4.

*Cum premet ille torum, uultu comes ipſa modeſto*
*Ibis, ut accumbas.*

lib. 2. ca. 2.

& ſicuti Valerius idem de aetate ſua ſcribit. Quamquã apud Graecos numquam mulieres accubuiſſe iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerſo ſitu mulieres a uiris accumbentes cenaſſe rationi conſentaneum eſt: non ſolum, quod honeſtatis, atque dignitatis utriuſque ratio ita poſtulaſſe uidetur, ſed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraeſentantur, illae certe figura quadam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſique ſedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conſpiciuntur. At quo pacto uiri accumberent, operaeprecium me facturum auguror, ſi poſtquam locus inuitat, breuiter explicuero. Viros enim ſcribit Plutarchus, in principio cenae cubito ſiniſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) menſam, ut plurimum tetigiſſe: quo ſola dextera manu illam circumire poſſent, in fine uero ſe ipſos in latus ita, ut acutam corporis figuram, redderent, uertiſſe. οὐκ ατ' ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. ideſt, non ſecundum latitudinem, ſed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, ſiue ſit Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus (ut magis ſuſpicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias cauſſas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc eſſe unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος diſponebantur: ſatiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, ſpina uero dorſi modice reflexa, ac reliquo corpore reſupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uerſus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

5. Symp. Prob. 6.

E F

*Nam*

A *Nam plurima dixit*
*In laeuam conuerſus, at illi dextra iacebat* Saty. 4.
*Bellua; ſic pugnas Cilicis laudabat, & ictus*
*Et paegma, & pueros inde ad uelaria raptos.*

ſaturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam ſupra dorſum ſupini, ſaepe more ſedentium ſeſe componebant. Sertorium enim cum moleſtas importunorum conuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auerſaretur mutata diſcumbendi forma ſeſe ſupinum locaſſe, atque inde facilius ab iniquiſsimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum eſſe in ipſius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in menſis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata ſcriptorum teſtimonia locupletiſſimam fidem unicuique facere poſſunt duae, quas infra ponen-B das curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque ſolebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetuſtis monumentis communicauit, alteram ex antiquiſsimo, & omnium rariſsimo marmore, quod in Paulli Rhamnuſij uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarum rerum ſtudioſiſsimi, luculentis aedibus Patauij conſpicitur, accurate, & fideliter repraeſentari fecimus. Ex hac namque poſtrema, non modo ſententia noſtra, de uera accubitus forma, quam primi forſan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauiſsimis uiris, & poſtremo Patauij Ligorio, abſq. marmoris ullius teſtimonio, ac ſola coniectura propoſuimus, librorumque auctoritatibus tutati ſumus, apertiſsime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia per-C ſpicuo cognoſcitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitum uarijs modis deſcribere aggreſsi ſunt, opiniones refelluntur, ſimul plura ſcriptorum obſcura & praeclara loca illuſtrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctiſsimi uiri Io. Baptiſtae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnuſio filio, qui eum egregie cuſtodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco conſulari, nec non de tribus tricliniorum menſis diſſeruit, iam non obſcurum eſt, quam mirifice quadret propoſita triclinij Rhamnuſiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuarum ſitu uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi poſſunt, praeſertim quando ſcribit. 1. de ſymp. probl 5.

Lib 1. Sat 4. *Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos* D
*E quibus unus auet, quauis aſpergere cunctos*
*Praeter eum, qui praebet aquam.*

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos conſueuiſſe in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam aſſeruerit, ſane miror, quaſi non ſit cuiq. perſpectiſsimum leges extitiſſe quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant, ſicut & adagium illud uulgatiſsimum, ſeptem conuiuium, nouem conuicium, atteſtatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum duodecim ſolemni conuiuio primum accubuiſſe, ita ut prioribus ſaeculis potius ternos, atque pauciores adhuc ſingulo lecto conuiuas diſcumbere ſolitos fuiſſe conuincatur: niſi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum E copia cōueniret, nequaquam accūbentiū numerus ſeruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnuſiano lapide colligitur; quo uel epulum publicum, uel nuptialem coenam repraeſentari non eſt dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente ſunt interpretati, equidem non improbo. at forſan nec abſurdum fuerit, ſi Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere menſarum ſculpturae antiquae, quam poetarum teſtimonia conuiuijs ſemper frigidam, & calidam praebuiſſe oſtendunt, quemq. cunctos, ne ab ipſo male tractarentur, reueritos eſſe, & ab eo mordendo abſtinuiſſe uerisimile fit. Iam uero Maria Magdalena ut ſtans retro pedes Chriſti coenātis lauerit, atq. Ioannes ſupra eiuſdem Chriſti pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnuſiani triclinij figura, ſecus quam pictores antiquarū rerū ignari faciant, ſine labore conijcitur: quemadmodū nec arduū eſt percipere quid Martialis ſignificare hoc diſticho uoluerit. F

5. Symp. 5.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obſonia tradas*
*Cur non menſa tibi ponitur a pedibus?*

Siquidem cenantibus alte iacentibus ſpacia retro relinquebantur, in quibus ſeruis uaria miniſtrantibus multa offerre, & oblata recipere facile erat. ſed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monſtrat nobis. Vnum eſt, quod memoriae prodidit Varro. ſ. quo tempore uſus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne ſuper menſas ſpargeretur, atq. dapes ſimul conſpurcaret, & conuiuas, ſolita in triclinijs ſuſpendi, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus deſignari.

Lib. 2. Satyr. 8.

*In-*

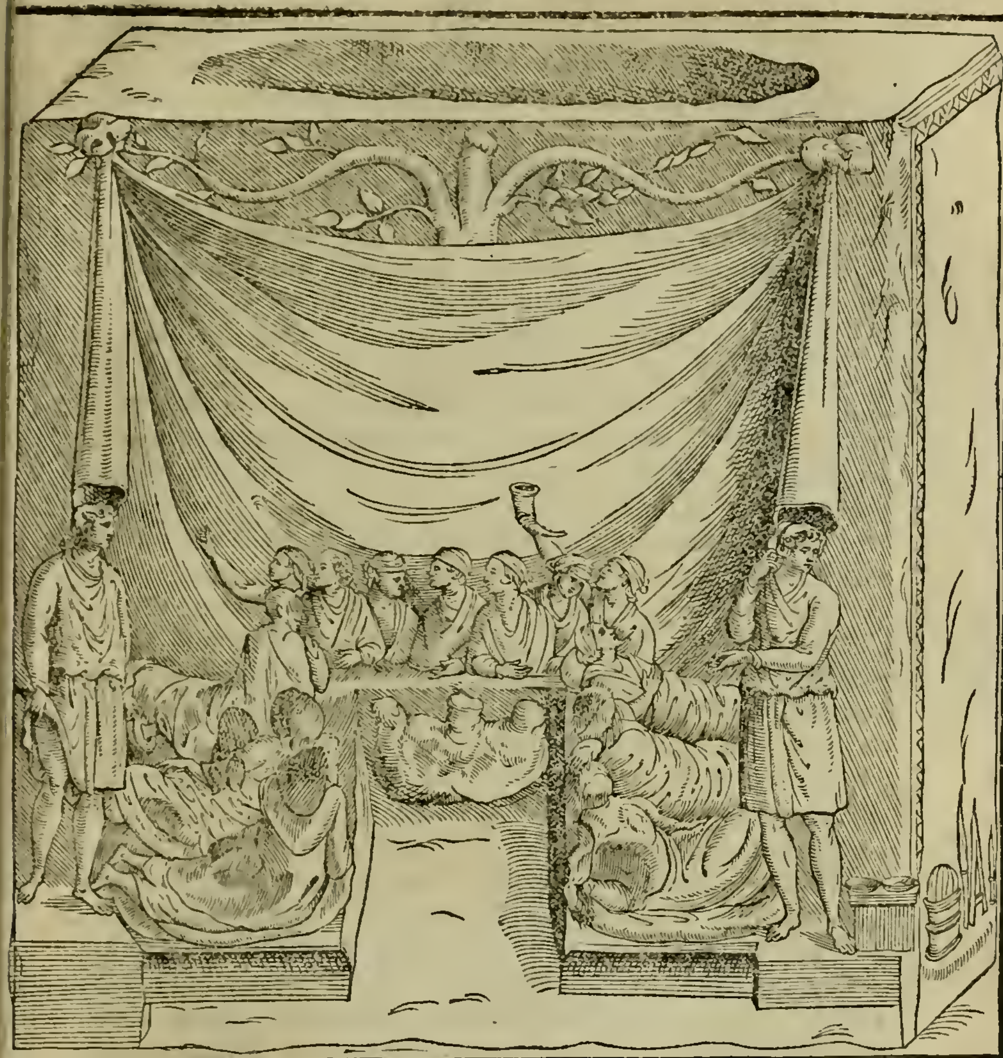
A *Interea ſuſpenſa graues aulaea ruinas*
*In patinam fecere, trahentia pulueris atri*
*Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.*

quem morem hodie Principes & Monarchas ſeruare compertum eſt: apud quos, menſas ſub quibuſdam ueluti tentoriis ſericeis parari ſaepe uidemus. Alterum eſt, quod in uarijs noſtris lectionibus docuimus, nimirum priſcis illis temporibus priuſquam coronae ex floribus, herbis, & auro in uſum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compeſcendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire ſolitos. quod minime puto abſq. ratione fuiſſe excogitatũ, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo magis coacti, atq. adſtricti ſunt, eo minus uapores a uino, & cibis ſur B ſum elatos, ſimulque moleſtias uarias inducentes recipiant. Tertium eſt, id quod luculentiſsime Athenaeus tractauit, apud quem ſcriptum & probatum inuenitur, priſcos illos primum cornibus boum potaſſe, indeq. κεράσαι, id eſt temperare uinũ aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id eſt, a cornibus uocatum eſſe: tum cornua illa non ſolum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea eſſe facta, illisque conuiuas ſibiipſis mutuo propinare conſueuiſſe: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnuſianum eſſe uetuſtiſsimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, ſeu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clariſsime repraeſentantur, una cum aliis inſtrumentis nonnullis in dextro margine expreſsis, quae aliis, in antiquitate explicanda magis uerſatis, relinquo declaranda; quos etiam C monitos cupio, ne ſi quae diſcumbentium, & menſarum figurae in hoc ipſo triclinio minus integrae conſpiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut eſt hodie marmor ipſum uetuſtate corroſum, & pene deletum, repraeſentare ſatius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem noſtram ſuſpectam reddere.

Dipnoſophiſton.11



ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij,in Ædibus Rhamnuſianis, poſt Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq.ad id quod ſupra propoſuerā rediens dico,cum & lauādi, D & accūbendi mores ſimul introduci,augeriq.coeperint, ueriſimile fieri,alterum eorū ab altero ortum duxiſſe:non autē eſt dicēdum ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora,ortum duxiſſe: igitur remanet ut accubitus a balneis principium habuerit.Secūda ratio eſt, quod ueteres uſq.ab Homeri temporib.ſtatim poſt balnea coenitabant,quinimmo ex locis Homeri a nobis ſupra citatis clare elicitur, menſas prope locum ubi lauabantur, parari ſolitas fuiſſe. ex quo ſi cōmoditatis,uoluptatis, ac ualetudinis rationes conſideremus,ualde rationi conſentaneum erat, illos praeſertim, quibus priuata erāt domi balnea,iam lotos,& deterſos,ne noxā ullam incurrerent, ſed laſsitudinem effugerent, lectulos ingredi,a quibus non diſcederēt, ſed mox prope menſas, & coenam parari curarēt, ſicq.comederent, perinde ac tempeſtate noſtra maior pars eorum medicorum faciendum iubet,qui aut ualetudinarios,aut etiam ſanos lauari mandant, E nam κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus ſedere facit, dū coenāt, haud multum lectulis accubitorijs diſsimiles erant, ut hinc quoque coniicere ualeamus,tunc accumbendi morem principium quoddam obſcurum habuiſſe; quod poſterioribus deinde ſaeculis li.14. c.22. paullatim creſcens in eam formam terminatum ſit. Nam & Plinius hoc innuere uoluiſſe mihi uidetur, quando nonnullos uino nimiū deditos improbat, quod poſt balnea lectos ingredi prius, tunicamque induere non paterentur; ſed nudi protinus ad bibendum accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem, commoditatemue ullam aliam, aut honeſtatem ita accumbere inchoarint,quando ſi ſedentes, atq.accumbentes in cenādo inuicem comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, F ac honeſtate utuntur, quam accumbentes: coniiciendum uidetur aliqua alia iuſta ratione conſuetudinem illam inuectam fuiſſe,quae opinione mea,nulla alia fuit,niſi quia quotidie lauabantur;a lotione ne offenderentur, laſsitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur,lectos ingrediebantur,atque ibi uel lacerna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus oſtenduntur, menſas ſibi ipſis apparari iubebant.Ex quo paullatim huiuſcemodi conſuetudine creſcente factum fuit, ut non modo ſemper menſae, & lecti ſimul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, ſi quis coenans non accubuiſſet, ut Martialis ſignificauit, ubi Syriſcum damnat,quod in popinis ſellularijs non accumbens coenaret. Quod ſi quis ſententiae noſtrae id refragari uelit, quod uériſimile nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

A uatis, ſemper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnaſiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde neceſſe erat exeuntes ab ipſis indui, & praeterea minime credendum eſſe, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, ſemper antea lauiſſe, quando praeſertim, ex Plauto, Terētio, & ex lapidibus Romanis ſcitur accubituris ſoccos & ſoleas detrahi ſolitum. quod argumentum eſt, eos non ſemper a balneis tunc diſceſsiſſe; & quādo ſimiliter conſtat triclinia a balneis ſeparata fuiſſe, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuerſos exſtitiſſe. Huic primum reſpondeo, minime mihi plene conſtare, quod omnes indiſcriminatim ſemper accumberent, uti certum eſt de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas habebant, quando Horatio priuatam ſui ipſius uiuendi ratio- lib 1. Ser.
B nem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in ſellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuiſſe ſignificat, ubi de Syriſco in hunc modum loquitur, ep. 6.

*Infuſum ſibi nuper a patrono*
*Plenum Maxime centies Syriſcus*
*In Sellariolis uagus popinis*
*Circa balnea quattuor peregit.*
*O quanta eſt gula centies comeſſe.*
*Quanto maior adhuc nec accubare?*

Sed eſto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minime negari poteſt, cum uel rariſsime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque ali-
C quo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptialibus conuiuijs, fateor quidem omnes in ſtratis tunc accubuiſſe: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet ante ſeparatim, aut ſimul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo uериſimile ſit, acceſſuros ad publica, uel priuata amicorum conuiuia prius ſe lauiſſe, ne ſordibus in die neceſsitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbarēt, & propterea ipſis numquam non ſtratos fuiſſe lectos. Addo huic nequaquam me ſentire poſterioribus ſaeculis omnes propterea accubuiſſe cenantes, quia ſtatim e balneis exirent, ſed exiſtimo accubitus originem inde emanaſſe, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram laſsitudinem uitandam poſt modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nudi, modo lacernis, alijsue in id paratis ueſtibus induti cenarent; atque

que inde mox aucta balneorum conſuetudine uſque adeo accumbendi morem creuiſſe, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id ſeparatim exſtrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolinus, & praeſertim pauperes dormire conſueuiſſe puto) ſed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi poſtea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis quam illoti, ita frequentiſsimum effecerunt, ut Columella praecipere coactus ſit, ne uillicus niſi ſacris diebus accumbens cenaret; in qua re non ſecus contigit, ac eueniſſe conſpicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quae in honeſtum uſum, & quaſi neceſsitate quadam primum repertae, deinceps ad luxum, laſciuiam, uoluptatem, aliosque uſus traductae fuerunt. Quis eſt, qui neſciat ueteres in cõuiuijs omnes prope excogitaſſe uoluptates, nihilque reliquiſſe, quod ad deliniendos animos faceret? ſic enim ſermones conuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno ſtudio inuenerunt, ad auditum oblectandum muſicae uaria genera adhibuerunt, unguenta pretioſiſsima odoratui dicarunt, ſicut, & coronas ex folijs, floribusq contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. teſtantur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arriderent, ſomnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum porro cibis, & potibus delicatiſsimis conquirendis ſtudium adhibuerint, non modo fidem faciunt ſexdecim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aduecta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiã multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenaeo citata. De antiquorum in die ſemel tantum ſeſe cibis implendi cõſuetudine, eius etiam opinionis ſum, quod cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut ſuperiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix ſemel comedendi in die otium ipſis ſuppetebat: quoniam ſi priuata cuiuſque negotia ſpectemus, ſi & exercitationum, & balneorum, accubitusq. apparatum conſideremus, magna temporis pars ipſis in ſumitur, ut ſi bis in die ſaturari uoluiſſent, aut negotia omittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione committere fuiſſent coacti. Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque commoditate metiri inſtitutum fuiſſe poſſumus a Galeno intelligere,

Marginal notes: lib. 11 de re ruſt. c. 1. — 3. Symp. Prob 1. — 6. de ſimp. cap. de anc tho. — 2. Paeda 3. cap. 8. — li. 7. ca. 16. — 6. de tu. ua.

Margin letters: D, E, F

A gere, qui ſi interdum ob aegrotantium inſpectiones tardius ſe lauandum dubitabat, panem mane ſumebat, quo cenae tempori ſufficere ualeret, quando alij ſimili de cauſſa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus faſſus eſt, ſed etiam Horatius, ubi de ſe ſcribit.

*Pranſus non auide, quantum interpellet inani*
*Ventre diem durare.*

Quod porro ueſpertinam horam cenae dedicarint, in cauſſa fuiſſe praecipue uitae commoditatem exiſtimo; ſiquidem difficile fuiſſet poſt exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare; praeterea cum accumbentes cenarent, alij ſtatim ſomno capiebantur, alij modico temporis ſpatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam ueſpertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praeſertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem ſpectaſſe opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncq. perſpicuū eſt plus edendum, quando plus coquitur. Haec ſunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

B

## *De Auctoribus Gymnaſticae, & gymnaſiorum miniſtris.* *Cap. XII.*

QVemadmodum ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque uſum ſcriptis mandarunt: ſimiliter gymnaſticam illis nequaquam caruiſſe conſtat, qui & ipſam uoluminibus illuſtrarint, C & ab obliuione uindicarint; ſed factum eſt, ut quam iacturam plurimae res hominum ſubierunt, iſti quoque auctores fecerint, quando quidem hiſce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidiſſe, ac lectitaſſe certo ſcimus. Quis etenim aetate noſtra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Eraſiſtrati, Herophili, & Aſclepiadis de hac re ſcripta, a Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclariſſima commentaria niſi hodie deſiderarentur, forſan haec ars, quae iā dudum pene abolita eſt, non minus ceteris dignitatis, atque ſplendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi aſſumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnaſtae de exercitationibus, & ſudoribus a Theophraſto celebrata commentaria: quibus dum nos carere conſidero, non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta

opera ualde deterreri, ſed haec dimittentes iam gymnaſiorum mi- D
niſtros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnaſiarchus. cuius munus erat toti gymnaſio praeeſſe, & ueluti princeps quidam omnia moderari. tempus, & horas praeſcribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes ſpectant, ſedulo curare: hunc Lydus paedagogus

In Bacc. apud Plautum gymnaſij praefectum uocauit, his uerbis: Ante ſo-
» lem exorientem niſi in palaeſtram ueneras: Gymnaſij praefecto
» haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnaſiarchum
» colligitur in adoleſcentes, ſi quid peccaſſent, animaduertere magno Imperio conſueuiſſe: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus
» docuit. de hoc & Cicero in ſexta Verrinarum: Demoliendum cu-
» rauit Demetrius gymnaſiarchus, quod is loco illi praeerat. Secundum locum habebat xyſtarcha. hic ambobus xyſtis, ſtadio, & deni- E
que cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut ſcriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inſcriptione coniicitur, quae Romae in foro Traiani in baſi ſtatuae Graecis litteris notata a nobis ſic latine reddita eſt.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F
MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, ſententia mea, diuerſus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magiſter erat, cum xyſtarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos cuſtodem palaeſtrae dicere poſſumus; quod

6. Epidim. ſect. 8. prope finem

non

A non ſolum ipſe luctaretur, uerum etiam palaeſtrae curam haberet. Agoniſtarcham uero eum fuiſſe puto, qui certaminum publicorum praefectus eſſet, quiue & in amphitheatris, & in gymnaſijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus ſuum obibat. eius habetur mentio in hac uetuſta inſcriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
B AGONISTARCHA.COM
MODIANVS.

Poſt hos aderat Gymnaſtes, quem Galenus ſecundo de tu. ual. uoluit magiſtrum omnium exercitationum exſtitiſſe, qui eorum uires, ac potentias ad ſanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus eſſet, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi ſi quis ſeruum aegrum medico, aut gymnaſtae uendat, non eſſe redhibendum uult, quaſi uterque languentes ſanis digno ſcere ſcire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato uero Paedotribam, referẽte Galeno, C uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicũ medicum (In lib. ad Thraſ.) qui primus gymnaſticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita ſcriptum reliquit: *ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματά βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ*. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exſiſtenti inſeruiant. Galenus tamen in conſilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuiſſe tempore ſuo, tradit. *Ἀλείπτην* quoque ab Ariſtotele 2. Ethic. capit. 6. a (lib. 3. c. 47) Paulo Aegineta *ἰατραλείπτην*, & a Latinis Aliptam hunc eundem (lib 1. c. 1.) uocatum reperio: ſi quidem Celſus, ubi dixit ſanum hominem nullis ſeſe legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere uoluit; ſicuti etiam Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta reperiuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum medici,

„ dici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo- D
„ luiſſent. Ex quo Clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uidere eſt. quo in caſu Hippocratem ἐξαλειπτὴν potius dicere uoluiſſe, notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat

In lib. ad Tharſ. Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uidetur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſſimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultates ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuiſſe prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera

Cap. 3. operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationũ, F paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem, minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex,

2 de tu. ual. & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebãt, inſtitutor, ac ueluti paedotriba, quiue, ſecundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen, quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut

paedo

A paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias aſperis, alias mediocribus, uario, ac diuerſo modo, prout opus erat, corpora fricabant. Poſt hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celſo nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: ſed decepti ſunt, cum alium fuiſſe ab his ἰατρολείπτην oſtenderimus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclariſsima monumenta hanc inſcriptionem habet, in qua Mediaſtinorum fit mentio. lib.3.c.45.

DIIS. MANIBVS. S.
B TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

Aderant ſerui balneares, lotos in balneis primo cum ſpongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cũ C linteis exſiccantes. hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui ſphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exſtingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis luſores pilae, utpote obſtrepentes, intelligendos putant, male ſententias Martialis & Statij, de quibus nos locis ſuis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (vt refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praeſertim alis pilos adhibebantur: niſi uelimus, ut docti uiri cenſuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna uoce ſingulos enumerarent, ita ut Seneca ab huiuſcemodi uocibus offenderetur. quorum tamen ſententiam non probo, quod Iuuenalis certo teſtatum faciat, fuiſ- Epiſt.57.

ſe

ſe in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi ſeruos ſuos deſcribens D
Perſico ait:

Sat. II. *Nec pugillares defert in balnea raucus*
*Teſticulos, nec uellendas iam praebuit alas.*

Lib. 14. ca. 20. lib. 29. cap. 1. Atque hos modo uolſellis ad id obeundum uſos eſſe: nunc reſina, ( hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuiſſe confitetur Plinius) nunc pſilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas cenſores, coactos aliquando fuiſſe, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnaſiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus ſupra locuti ſumus. Miniſtrabant praeterea gymnaſijs uariarum rerum uenditores, ut poſſent illi, qui in ipſis uerſabantur, & cupiditatibus, & neceſsitatibus ſatisfacere. inter quos E adnumerantur a Seneca libarij, hoc eſt, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, cruſtularij. &, quoniam inter exercendum ſaepe uulnera, contuſiones, contorſiones, luxationes, multaque alia fieri ſolent, ob id gymmnaſia medicos ſimiliter habuiſſe opinor, qui mane & ueſpere huiuſmodi caſibus occurrendi, atque medendi gratia praeſto adeſſent, quemadmodum & in ludis, ſeu publicis ſpectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuentae ſint hae duae antiquae marmoreae inſcriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS.MANIBVS
M.CALPVRNIO.M.F.MEN F
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M.CALPVRNIVS.M.F.MEN
HILARIVS.MEDICVS
LVDI.MAGNI
FRATRI.PIISSIMO.FEC

EVTYCHVS.AVG.LIB.NERONIANVS.MEDICVS.LVDI
MATVTINI.FECIT.SIBI.ET.IRENE.LIB.CONIVGI
CARISSIMAE.BENEMERITAE.ET.LIBERTIS
LIBERTABVS.Q.POSTERIS.Q.EORVM

Qui

A Qui autem eſſent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod ſpectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim poſt prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter ſe, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epiſt. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuiuis perſpectum eſſe poteſt. Poſt prandium hominum inter ſe pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Hiſtoricos ſaepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epiſt. vij. Illos, qui aduerſus beſtias certabant, beſtiarios; gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile eſt intelligere. Cur autem meridianum ſpectaculum ſit uocatus ludus magnus, exiſtimo cauſſam; quia maior pars ſpectatorũ confluebant ad uidenda hominum, quam beſtiarum certamina: ut
B iure omnes, & praeſertim Seneca hanc populi in ſpectandis homicidijs delectationem ſint inſectati. Non eſt tamen illud ignorandum, ſcholas quaſdam Romae magnos, & matutinos ludos eſſe uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnaſia hos omnes habuiſſe miniſtros, gymnaſiarcham loci principem, xyſtarchum, athletarum magiſtrum, gymnaſtam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro ſanitate, modum, & tempus utendi acalia dignoſceret. Subiecti gymnaſtae multi erant miniſtri, paedotriba qui palaeſtrae miniſtrabat, exercitationibus luctae praefectus, ſphaeriſtiricus, fricator, reunctor, & mediaſtinus, pilierepus, alipilus, Ianitor, fornicator. Atque haec de gymnaſijs antiquorum a nobis ſatis dicta ſint.

C *De trium gymnaſticae ſpecierum differentijs, bellica, legitima ſiue medica, & uitioſa ſeu athletica. Cap. XIII.*

QVICVMQVE artem, aut rem aliquã ſibi exacte tractandam proponunt, operaepretium eſt, ut non modo illius naturam, atque ſingulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae ſimilem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita diſtinguant, ne lectores aequiuocatione decepti uel circa res ipſas inſigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnaſticam ueram tractare propoſuerimus, quae medicinae pars eſſe definita iam a nobis fuit, aliaeq. ſint gymnaſticae circa eadem fere uerſantes: neceſſum arbitror de his ipſis ſermonem facere, quo habito poſſit diuerſitas omnium facillime internoſci. repetentes igitur quae ſuperius diximus, tres ſtatuimus

gymnaſticae totius ſpecies gymnaſticam ueram ſeu legitimam (ut D
Galeni more loquàr) bellicam, tertiam uitioſam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa eaſdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia ſingulae inſtitutae ſunt, magnopere, ſicut etiā ſupra monſtrauimus, differunt. Nam gymnaſtica ſimplex & medicinae pars id ſolum curat, ut homines exercitationum moderatarū ope, & ſanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiſcantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, ideſt, Fateor haud multas, ſed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inſerere. Hoc ita eſſe quoniam Galenus tū in libello ad Thraſibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copioſe, quam luculenter demonſtrauit, & nos quoq. ſuperius aliqua ad hanc ſpe- E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, ſed ad Bellicam tranſibo: cuius unū ſtudiū erat homines pueros atque etiā apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita diſponere, atque aptare, ut & in bello ſeſe fortiter gerere, & hoſtes propulſare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque ſicut & ſuperior bonum corporis habitum compararet, & ſanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nō eſſe ſatis aperte conſtat. quod uero bellica gymnaſtica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletisſimum teſtem Platonem in medium afferam, qui in ſeptimo de legibus (poſtquam declarauit iuuenum, & puerorum edu- F
cationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magiſtros habendos, qui gymnaſticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad aſſequēdam militarem peritiam, nil melius palaeſtrica & ſaltatoria gymnaſticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantisſime in tertio de repub. & alibi ſaepe proſecutus fuit. Poſt Platonem Ariſtoteles ſimiliter gymnaſticam bellicam in octauo Politicorum expreſſe indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire ſtudent Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adoleſcentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnaſticam tradendam conſulit, quae mitioribus laboribus, & magis manſuetis exercitationibus illos robuſtos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnaſtica clare locutum

Ga-

in lib de Philos.

A Galenum non reperio, niſi uelimus ipſum dum legitimam celebrat ſub ea iſtam comprehendere, quod & ipſa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cunctaſua ſtudia dirigat; atque illi qui medicinae gymnaſticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnaſtica militiae, quomodoque addiſcenda, atque exercenda ſit, in ſuis de re militaris libris luculenter edocuit: ut non ſit ulli dubitandum, quin huiuſcemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas eſt etiam gymnaſtica alia uitioſa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robuſtis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ ϐώλια comminuere ſolitum ſcri-
B pſit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri poſſent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱεροὺς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias ſacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuſcemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel ſacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando ſacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, ideſt, Quēadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnaſijs, uel aliis publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes ſecundum Iulij Pollucis ſentētiam huiuſcemodi certatores commune habuiſſe reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati ſunt ſimplici nomine uel a fine, qui ἄθλον, ſiue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου ideſt a certamine niſi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, ſiue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad ſignificandam huiuſce generis hominum incredibilem miſeriam, quod tamen non eſt neceſſe credere. Dixi quoſcumque exercitatores tales gratia praemij certantes ſimplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnaſticae bellicae profeſſoribus interdum eo nomine, ſed non ſimplici utitur, immo fere ſemper aliquid apponit, ſicuti in 3. de Repu.

Lib. ij.

In ſuas ad bo. ar

ubi athletas ueros a bellicis diſtinguens ita inquit: *κομψοτέρας δέ τινος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι*, ideſt, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus eſt, quos tamquam uigiles canes eſſe neceſſarium eſt. & rurſum ſeptimo de republi. *τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας*; ideſt, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes eſſe debere diximus? Atque alibi ſimiliter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnaſticae bellicae exercitatores, ſemper apponit, *πολεμικοῖς*, uel *πολέμου*, uel aliud, ut in fine ſeptimi de legibus, *τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς*, non ob aliã rationẽ, niſi ut eos ab athletis ueris diſtinguat. Quare concludens dico, primae, & ſecundae gymnaſticae profeſſores numquam proprie athletas uocari, ſed E tantum profeſſores tertiae, quo nomine uere proprie palaeſtritas, pugiles pancratiaſtas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuiſſe confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaeſtritae, & reliqui, cum id ſolum propoſitum haberent, ut ad certamina ſe compararent, in quibus interdũ totum diem, aut luctari, aut *παγκρατιάζειν* cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiuſmodi eſt cibus ex ſuillis carnibus, quibus ſoli ueri athletae ueſcebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuerſi, quod ſolum uincere, & coronam aſſequi ſtuderent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & ſanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos ſimpliciter gym F naſticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium eſſe ſimpliciter athletam, alium ſimpliciter gymnaſticum, necnon tres fuiſſe artes in exercitationibus uerſantes communi nomine gymnaſticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forſan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitioſa appellata ſit: quae cum robori, non ſanitati operam daret: robur enim diuerſum habitum a ſanitate exigere, teſtis eſt Ariſtoteles viij. ſect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, ſanitati uero rarum conuenire ſcribit.

De

A *De uitioſa Gymnaſtica, ſiue Athletica.* *Cap. XIV.*

POSTQVAM de bellica gymnaſtica, atq. etiã de gymna
ſtica ſimplici, quãtum ad praeſens negotium ſpectabat,
ſatis diſſeruimus, iam opportunum erit de athletica ſer-
monem habere. quę quoniam temporibus Galeni, atq.
etiam ſuperioribus maximam auctoritatem ſibi uendicauerat, ideo
ei opus fuit, ut eam longiſſima oratione, atque impuriſſimis contu- In ſuas. ad
melioſiſſimiſq. uerbis inſectaretur. quod quam ſapiẽter ſimul ac iu bo.ar.
ſte fecerit, ex his quae de illius profeſſorum moribus aliisq. condi-
tionibus dicturus ſum, facillime clarum futurum ſpero. & ut a prin
cipio exordiar, Plinius auctor eſt gymnaſticos ludos a Lycaone, lib.7.c.56.
athleticam ab Hercule olympiae inuentam fuiſſe: ut tota haec ars
B duos parentes habuerit, qui tametſi inſignes fuerint, atque artem
illuſtrẽ & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen lon-
go poſtea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita
corrupta, ac adulterata eſt, ut uerius κακοτεχνίας, quam artis nomẽ In lib. ad
ei conueniſſe dixerit Galenus, ſi quidem illius exercitatores dum Thraſ.
ſpe uictoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athle
tas uocatos proprie docuimus) corpori incraſſando, roboriq. com-
parando nimium incumbebant, mentem etiam craſſam, ſenſuſq.
omnes hebetes, torpidos, ac ſegnes reddebant. unde non immerito
Plato athletas ſomnolentos, ſegnes, ignauos, deſides, uertiginoſos, Tertio de repub.
tandemq. morboſos nuncupauit: Hippocratem medicum ſecutus, 1. Aph. lib.
qui habitus athletarũ ueluti periculoſos, maximiſq. aegritudini-
bus obnoxios ubiq. deteſtatus eſt, ſicut & Plutarchus eos ſaxis atq. In lib. de tu. ual.
C gymnaſiorum columnis ſimiles effecit, alias item confeſſus quod
Graecis nihil aliud mollitiem, atq. ſeruitutem inuexerit, niſi haec
gymnaſtica uitioſa, cuius opera torpentes atque relangueſcentes
ab armis delapſi ſunt, contenti pro ſtrenuis, atq. fortibus militibus
ſeipſos bonos palaeſtritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita eſſe
nemo ſane dubitabit, ſi totam eius naturam breuiſſima oratione ab
Ariſtotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorũ
libro de Agoniſtica (ſic etiã athleticam appellatã ſuperius diximus)
haec ſcripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ με Cap.5.
γέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γάρ ὁ ταχὺς ἰσχυρὸς ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμε „
νος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόῤῥω, δρομικὸς. ὁ „
δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτι- „
κὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις „
πένταθλος. ideſt, Agoniſtica autem corporis uirtus ex magnitudi-

ne,& robore,& celeritate componitur: nam & celer fortis eſt: qui D enim quodammodo crura proiicere,& uelociter,ac longe mouere poteſt,curſor; qui uero comprimere,& cõtinere luctator; qui percuſſione impellere, pugil; qui autem utriſq. his, pancratiaſtes; qui uero omnibus his,quinquertio eſt. Ex quibus clare patet athletarũ omnium inſtitutionem, atque diſciplinam huc tantum ſpectaſſe, ut corporis magitudinem, robur, atque celeritatem compararent, quibus ſoli ceteros antagoniſtas ſuperare, & praemio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus contenderent,quinque tamen praecipua erant,in quibus uel ſemper, uel plerumq. tã in ſacris certaminibus, quam in ludis, amphitheatris,& publicis ſpectaculis; ſed praeſertim in ſtadio,quod fere ſolis athletis proprie deſtinatum erat,certabant,lucta,pugilatus,curſus, ſaltus,& diſcus.unde luctatores,pugiles,curſores,ſaltatores,diſcoboli nuncupabãtur,qui ſeparatim in ſingulis pollerent,ſicuti Pancratiaſta dicebatur; qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in cunctis quinque,pẽthatlus,& uocabulo Romano quinquertio uocabatur. etſi Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas ſignificare ſcribat Feſtus,apud quem etiam perihodon uiciſſe dicebatur is, qui Pythia, Iſthmia, Nemea, Olympia uiciſſet, nomine a circuitu eorum ſpectaculorum accepto. Erant poſtmodum Halteres, iacula,atque nonnulla alia,quorum quoque certamina athletae obibant,at in publicis ludorum, & ſacrorum certaminum celebrationibus raro illa peragebãtur,una excepta monomachia, quã Graecos ſacerdotes aeſtatis tempore in Pergamo exercere conſueuiſſe memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, ſiue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuerſos fuiſſe ſciã, quod F M. Cicero teſtatum fecit Epiſt. Fam. lib. vij. Epiſt. 1. his uerbis, Nã quid ego te athletas putem deſiderare, qui gladiatores contempſeris? De ijs in Digeſtorum libro 9. t. l. Aquilia ab Vlpiano ſcriptum reperio: Si in colluctatione uel in pancratio,uel pugiles dum inter ſe exercẽtur alius alium occiderit,ceſſat Aquilia,quia gloriae cauſſa & uirtutis,non iniuriae, uidetur damnum datum. unde patere arbitror apud Maiores hanc athleticam in maxima exiſtimatione habitam.cuius ea erat ratio,quod homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolẽt,a quibus uoluptates, ac delectationes obtinere ſtudent. ob quod cum athletica in publicis ludis ceterisq. ſpectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore habita atque a multis expetita fuit: quando athletis ludos ingrediẽtibus ut refert Plinius omnes aſſurgebant,etiam ſenatus, ijq. ſenatui

3. de art. 23

lib. 16. c. 4.

A tui proxime ſedebant, necnõ cum patribus, auis paternis a quibuſuis muneribus uacabant, & uictores in patrias triumphantes inuehebantur. Ne dicam, quod Euſebius in v. de Praeparatione euangelica multo ſermone damnat ueteres, ſcilicet, eo ſuperſtitionis, atque inſaniae interdum deueniſſe, ut pugiles, atque athletas in Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus ſatis clarum eſſe poteſt, athleticam antiquitus magnae auctoritatis fuiſſe: & propterea non temere illam Galenum inſectatum eſſe, dum animaduerteret, quãtum damni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; ſi quidem non modo cuncta animi, uerum etiam corporis bona ita corrumpebantur, ut nihil inueniri poſſet, quod maius hominibus, qui gloriae & praemiorum ratione illam undiq. ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Euripi-
B des quoque elegantiſſime teſtatus fuit ſub hiſce uerbis. Gal. in ſua. ad. bo. ar.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ᾽ ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐ δὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ᾽ ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ᾽ ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ᾽ ἡττημένος,
Κτήσαιτ᾽ ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτροφὴν πατρός;
Οὐδ᾽ αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

ideſt, *Cum mala innumera per Graeciam ſerpant,*
*Nullum deterius Athletarum genere eſt,*
*Qui primum bene incolere haud diſcunt,*
C *Neque poſſunt etiam, quo etenim modo*
*Quis quis eſt gulae deditus, uentriq. indulget,*
*Diuitias parabit, ut alat familiam?*
*Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire*
*Sciunt: nam in malis diu uerſati*
*Moribus, non facile mutantur in melius.*

Quibus nihil eſt meo iudicio, quod magis athleticae ſtatum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc pernicioſam artem commẽtarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnaſticam tandem deſciuit. Ne taceam Platonem, quẽ Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuiſſe, & ea dimiſſa ad philoſophiam ſe contuliſſe. Sed quia athletas praemij gratia certare, atq. uitam mille necis generibus exponere conſueuiſſe non ſe- 7 Aen. in vita Plat.

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non ea D
dem quocumq. tempore fuiſſe premiorum genera propoſita, uerũ,
ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo
fuit δόσις, ſeu donum, ſecundo plauſus, tertio fliorum coniectio, o
poſtremo corona. Quid autem δόσις Clementi ſignificet, niſi ali-
quid in eius uulgato codice deſideretur, puto nil aliud quam con-
giarium ſignificare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox
uſurpata inuenitur. niſi potius leue aliquod munuſculum deſi-
gnet, quod poſterioribus omnibus uilius extiterit.

## *De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.*

QVONIAM de athletica prauitate quamplurima egre-
gie ſimul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque E
Galeno diſputata ſunt, nosq. etiam illos imitati non-
nulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uo-
cati ſunt palaeſtritae, uiuendi rationem in medium proponere de-
creuimus. qua perſpecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus ho-
minum, quaeue illorum ars foret, & quam ſapienter illi fecerint,
qui ipſam explodere, & contumelioſa oratione improbare conati
ſunt. ſed, quoniam tota uiuendi ratio in ſex rebus, quas non natu-
rales appellare medici uoluerunt, collocata eſt, uidelicet cibo, &
potu; ſomno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectioni-
bus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in uno quo
que horum genere ſeſe gererent, explicabo. Primum itaque in ci-
bo ac potu quadrupliciter erraſſe conſpiciuntur, qualitate, quanti-
tate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs ci- F
bis athletas uſos diuerſis temporibus inuenio. ſi quidem primis illis
Lib. 1. antiquioribus ueſci caricis praeſcriptum ſcribunt Plinius, atque
lib. 6. coll. Oribaſius. quod, ut pingueſcerent, factitaſſe exiſtimo. Quis uero
primus carnes eis conceſſerit, auctores inter ſe diſſentiunt: Plinius
exercitatorem quendam Pythagoram athletis primum carnem co
medendam exhibuiſſe ſcribit, Oribaſius Pergamenus Goram cari-
carum uſum, & antiquam uiuendi illorum conſuetudinem ſuſtu-
liſſe, primumq. Eurameni Samio carnes appoſuiſſe, atque talem
uiuendi rationem in poſteros emanaſſe tradit. utcumque ſit, ante
Hippocratis aetatem athletae carnibus ueſcebantur, & praeſertim
ſuillis, ut ipſe de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque
uno carnium genere ſemper illi uictitarunt, quoniam interdum ca
prinis ueſcebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta,
quem

A quem Clitomachus Carthaginiẽſis nouae academiae ſectator praeclarus reliquos ſui temporis athletas uiribus ſuperaſſe refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuiſſe innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiuſdam procacitatem, & obſcenos mores deſcribens ait.

*Inter catellas anſerum exta lambentes,*
*Partitur apri glandulas palaeſtritis.*

Attamen illos in frequentiore uſu habuiſſe carnes tũ bubulas, tum ſuillas, ſatis conſtat ex Galeno, qui ex illis, & pane cum caſeo ſine fermento cõfecto, quod Coliphium uocatum eſt, uictitaſſe ſcribit, ut duritie, ac alimentorum craſſitie non modo uberius nutrirentur, ſed etiam diutius ſaturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil πολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incurB rebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: ſcribit Plinius, 4. de re me. cap. 27. Valerianus nullum athletarum cibum abſq. anetho exſtitiſſe, forſan quod crederent ab eo nutrimentum ſolidum produci, aut quo huiuſcemodi herbae odore alij cibi condirentur, ſicque magis ipſis ſaperent, aut quo ſomnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim ſomnum prouocare ſciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum menſuris ſuperior, ſciri poteſt ex ijs, quae ſcriptis mandauit Galenus ſecundo de digno. pulſuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuiſſe, ut aliqua ex parte fabuloſo illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutiſſe, & panis totidem, uini choas perſicaſſe tres, ac aliquando taurum, quem C per ſtadium retento anhelitu geſtarat, ſolum abſumpſiſſe; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exſtitiſſe ferunt; atque hinc perſpicuum fit, quam uere Ariſtoteles. 4. de gen. animalium dixerit, ſaepenumero athletis membra uarijs formis cap. 3. affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter diſtribuere, ſicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, quaſi plus, quam fere poſſent, edere cogerentur: qua etiam uoce utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem ſimiliter nullum, aut perpuſillum athletas in comedendo ſeruaſſe, ut & temporis nullam rationem habuiſſe, ſatis ex ſuperioribus clarum eſſe poteſt, niſi quod refert Galenus non aeque mane, ac ueſpere cibos 7. meth. ualidisſimos accipere conſueuiſſe, ſed dumtaxat in cena, non modo

do ratione, uerumetiam experientia docti cibos in ſomno, quando D calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficillimos ipſis, cum ob qualitatem eorum ualde calori reſiſtentem, tum ob immenſam quantitatem. quamuis ſecus uideatur ſenſiſſe Plinius, qui ſcribit athletas maluiſſe ſemper cibos ambulatione, quā ſomno perficere, ratos ſomnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod ſi Plutarchus 4. ſympoſiacorum eoſdem ſimplicisſimis cibis uictitaſſe, omnemq. uarietatem prorſus effugiſſe tradit, eius ſententiam ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno ſolum carnis, & panis genere, quodcumque, & quantumcumque fuerit, uſos. quod neque nos negamus, qui ſupra diximus frequentisſimos eorum cibos fuiſſe ſolas bubulas, aut potius ſuillas carnes. Atqui ſomno, & uigilia qualem moderationem ceteris uitae eorum partibus reſpondentem athletae adhibuerint, clariſsime demonſtrauit Plato, eos ubiq. ſomnolentos appellans. In E motu quoque, & quiete nullam menſuram ſeruare ſolitos athletas teſtatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando ſcilicet exercitium τέλειον, ſiue κατασκευὴν apud Galenū tertio de tuen. ualetud. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante conſueuiſſe narrat. quaſi propoſitum in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de ſanitate uniuerſa cōtemnere, (labores, cibi, potiones, ſomni, uenus, omnia moderata) illudq. unum ſibi propoſuerint immoderate, ſemper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Ariſtoteles intelligeret cauſſam quaerens, qua mediocriter inſudantes ſtatim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo eueniſſe, quia Athletae prorſus nimium laborant, nimius uero labor colorem cum ſudore, & ſpiritu extrudit, paloremq. inducit, ſicuti me F diocris calore in ſumma corporis retento leuiter colorem prouocat, & ad corporis ſuperficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere ſolet. Qui igitur ſine menſura ſemper laborabant, Athletas minime nimirum eſt Galenum dixiſſe quinque annis ad ſummum ἰσοσθενεῖς perduraſſe. Iam quoque aeris ipſos nullum diſcrimen effeciſſe credere poſſumus, quod ſub ardenti ſole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationem haberent. quamuis dum ſe ad futura cartamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in ſalubri aere factitarent, ſicuti manifeſtum eſt e xyſtis, quas ideo fabricatas in gymnaſijs ſcribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in ſalubriori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas plagas,

li. 11. c. 53.

Prob 4.

38 partic. prob. 5.

In libro de morborū temporib.

A gas, ut tradit Baſilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, ſed a magiſtris exercitationum praeſcriptũ ſequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres conſueuiſſe athletas Rauennam mittere, ut ibi in ſalubriori aere commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par ſit, affectos fuiſſe nemo negabit, qui conſideret quam leui ex cauſſa certatores omnes excandeſcant, quantopere uicti triſtentur, quantum uictores exſultent, & denique quo ſemper animo uiuant illi, qui tum immodice ſaturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat ſextum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forſan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter neceſſarias ſanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo ſeſe gererent in B illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. uenerem moderatam eſſe debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguiſſe ab omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccaſſe conſpiciuntur, qui perpetuo ſeipſos coitu interdicebant, cum ceteris forſan ob nimiam alimenti, & ſanguinis copiam magis neceſſe haberent, quod porro a Venere prorſus athletae obtinuerint, praeter Platonem, qui Aſtylum, Diopompum Criſſonem, Iceum Tarentinum tales exſtitiſſe memoriae prodidit. Galenus quoq. teſtatum fecit, & poſt Galenum Baſilius Magnus, qui in homilia 52. ſcripſit, paedotribas conſiderantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad neceſſariorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperãtiae legem promulgaſſe, quae C adoleſcentum corpora a uoluptatibus tuta conſeruaret, & decertantibus ipſis ne adſpicere quidem uenuſtas formas permitteret. Id etiam ſignificauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta ſermonem habens ita ſcriptum reliquit.

Homilia 54.

Geograp. lib. 5.

8. de legib.

6 de loc. affec. in fi.

*Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus*
*Perfundit gelida uirgine? ne futuat.*

lib. 11.

Non modo enim ſe athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut teſtati ſunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluiſſe Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in ſtadio currunt, ab omnibus abſtinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam ſententiam ſuſius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- „

Li. 34 c. 18.
5. de ſa. ual. c. ult.

tae

tae ſegregentur ad ſtrictiorem diſciplinam, ut robori aedificando D uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commentario ſupra Epitectum intellexit, qui ſtudio coronae athletas a uenere abſtinere ſcripſit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti ſolitos ſentire uideatur, ubi eos torpentes reſtitui, uenereisq. uocem, cum e candida declinat in fuſcam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum uiuendi inſtitutum, quod quantum ſanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem ſileam, affectum athleticum haud ſecundum naturam eſſe dicentem, argumento eſſe poſſunt, quae ipſis quotidie euenire ſolita recenſet Galenus, uidelicet repentinae obmutationes, ſenſus, & motus amisſiones, ſuffocationes, uaſorum ruptiones. ut non ſine maxima ratione Diuus Hie E rónymus athletas nequaquam diu uiuere potuiſſe ſcripſerit, Hippocratis & Galeni auctoritate uſus. Igitur non ſatis mirari poſſum qua ratione ductus Cornelius Celſus medicus alioqui & eruditiſſimus, & eloquentisſimus in laterum inueterato dolore uictu athletico utendum conſulat: niſi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum profesſione, quoniam ad inſtitutum noſtrum plura dicere non pertinet, haec ſufficient, ſi unum addidero, quod Clemens Alexandrinus quaſi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam honeſtatis imaginem habuiſſe, ut numquam in publicum ad certandum ſine ſubligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum inuectum, ſicut a Palaeſtra Mercurij filia pudendos locos obtegendi conſuetudinem inter mulieres, quae curſu, & alijs exerce F bantur, introductam eſſe memoriae mandatum eſt.

In lib ad martyres.

li. 28. c. 6.

In ſuaſ. ad bo ar.

In libr. ad Thraſ.

In li 2. aduerſus Iouinianum

3. li paedagogi. c. 9.

*Explicit Liber Primus.*

# ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. SECVNDVS

*Quid ſit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu.* *Cap. I.*

POſtquam de Gymnaſtica, quid ſit, eius originem,
nec non uerae, & non uerae differentiam ſatis expli
cauimus, conſequens eſt, ut, ceteris nō prorſus omiſ
ſis, illam praecipue oratione noſtra proſequamur,
quae ad medicinam facit, & de qua tractationem ha
B bere polliciti ſumus. Quoniam uero, dum gymnaſticae definitionē
in medio proponeremus, eam eſſe artem quandam facultates om-
nium exercitationum noſcentem, earumq. uarietates opere ipſo
gratia ſanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio po-
ſtulare uidetur, ut, quid ſit exercitatio, prius cognoſcatur, deinde in
proprias ſpecies diuidatur, atq. illarum unaquaeq. ſingulatim ex-
planetur. hoc etenim facto, cum ars (dicebat Ariſtoteles,) ſit recta 6.Ethic.
operādi ratio, uidebimus quae ſit in obeūdis exercitationibus haec
recta ratio, quomodo illarum unaquaeq., uel ad parandum bonū
habitum, uel ſanitatem defendendam conferat. Exercitationem
itaq. definiuit Galenus, ſecūdo de tu. uale. & ipſum ſecutus Aetius, li.3.ca.2.
eſſe motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi γυμνάσιον,
κίνησιν, & πόνον, ſiue exercitationem, motum, atq. laborem inter
C ſe differre demonſtrat: propterea quod motus eſt res quaedam ma-
gis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum
ſaepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō
ſit, niſi uehemens motus: ſimiliter labor licet ſit uehemens motus,
tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, ſi quidem fo-
dientes, atque metentes laborare, ſed non proprie exerceri dicun-
tur; tametſi etiam aliquādo communi quadam appellatione labor, 6.de morb.
exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uo- uulg.cō.4.
catum eſſe cenſet, quādo is dixit, Labores cibum praecedant, &, ubi t.x.31. 2. Aph. 16.
fames, laborandum non eſt. ibi enim uocem hanc πόνος, quae & In Onoma
dolorem & laborem, ſiue damnum, ut Erotiano placuit, & exercita ſtico.
tionem ſignificare ſolet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere 2.d tu.ua. lib.3.
iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex ſentētia Galeni, & Aetij cap.2.
niſi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis ap

pella

pellatum, quod plerumq. nudi, aut ſaltem cum paucioribus ueſtibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum ſuperiore libro abunde monſtrauimus. Sed quoniam poſſet aliquis etiam in gymnaſijs ab altero per uim uehemẽter moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquã integra eſt. & proinde Auicenna Arabum omnium doctiſſimus cũ animaduertiſſet haud plene exercitationem a Galeno definitam fuiſſe, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio eſt motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequẽs eſt neceſſarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nõ enim appoſuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens ſit anhelitus, ſemper neceſſario ſequitur motum illum vehementem exſiſtere. ſed neq. haec definitio Auicennae mihi plene ſatisfacit: quoniam, etſi conueniat omnibus triplicis gymnaſticae exercitationibus, eas tamen proprie non complectitur, de quibus ad medicũ tractare ſpectat, & nos etiam loqui inſtituimus: ſiquidem omnia quattuor cauſſarum genera haudquaquam cõplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. cauſſa cuius gratia. Accedit item illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, ſicuti ſerui cum celeritate dominorum mandata exſequentes, & ſicuti illi, qui uel inimicorum impetum, uel quid aliud triſte effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complectitur; ſicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum eſſe membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definientes dicamus, quod exercitatio, de qua medici intereſt tractare, proprie eſt motus corporis humani uehemẽs, uoluntarius, cũ anhelitu alterato uel ſanitatis tuendae, uel habitus boni comparãdi gratia factus. ita namq. definitio omnes cauſſas comprehendit, atque ſoli definito cõuenit: uerum enimuero poſſet aliquis merito a me ſciſcitari, nũquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo q; non libere a uoluntate hominis, ſed ab alio dependere uideatur? cui reſpondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, ſi nõ proprie, ſaltem communiter, dum modo gratia ſanitatis, uel etiam militaris ſtudij illud efficiant quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam ſuſcipiunt. quibus uero ali

qua

Margin notes: D (beside line 1); Li. 1. fen 3. doc. 2. c. 1. (beside "Galenica exercitationis … integra eſt"); E (beside "litus, ſemper neceſſario"); 6. colle. c 2 and F (beside "tur; ſicut neq. illa Auerrois").

A qua ex condicionibus neceſſarijs deeſt, illi potius communiter, quã
proprie exerceri dicentur, ſiue a ſeipſis, ſiue ab alijs moueantur,
quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam
motus equi, ratione cuius ipſe mouetur, ab equitantis appetitu, &
dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque ſimilibus a nobis
ſemper erit intelligendum. atq. hanc fuiſſe Galeni ipſius ſenten-
tiam, eius uerba in ſecundo de tu. ual. ſcripta indicant: ubi ait, eos,
qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, ſed etiam exerci-
tari communi ſaltem exercitationis appellatione, quemadmodum
clarius adhuc adſtruit quincto de tu. ual. ca ii. ubi omnem motum
communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽ-
tem, ut etiam uidetur appellaſſe Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix.
ubi exercitationem a geſtationibus, ambulationibus, & uocifera-
B tionibus diſtinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationem a grae
cis γυμνάσιον uocatam fuiſſe, haud ſecus ac locum, in quo fiebat;
ambigeret fortaſſe aliquis, num exercitationes, quae extra gymna-
ſia peragebantur, proprie tales eſſent, an non? cui reſponſum eſſe
uolo, definitione exercitationis cum non ſit appoſitus peculiaris
locus, indicari eum haudquaquam exercitationi neceſſarium fore,
& propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu al-
terato gratia ſanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi fa-
ctum, ubicumq. locorũ ageretur, nihilo ſecius exercitationem uo
cari debuiſſe, atq. debere, quam in gymnaſijs actum. nam ambula-
tiones per uias, pilae luſus, iaculationes, & ſimilia quis ſanae mentis
non uocaret exercitationes? etiam ſi ruri, & in uicis efficerentur,
dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita ſeſe
C habẽte, etiam ad gymnaſticam facultatẽ de exercitationibus omni
bus ſiue in gymnaſijs fiant, ſiue extra tractationem ſpectare dicẽdũ
erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obſer
uãtiſſimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tẽpore ſuo
exerceri ſolitas fuiſſe in 4. de loc. affect. libro ſcriptum reliquit.

## *De Gymnaſticae medicinae diuiſione. Cap. II.*

TRACTATVRI medicinae gymnaſticam quid ſit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis propoſito ualde conſentaneum eſt gymnaſticam ipſam partiri. ex qua diuiſione ſeſe clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium ſingulas antiquis uſitatas ſpecies incedamus. Quod enim huiuſce gymnaſticae uerum,

atque praecipuum principium a natura acceptũ ſit, animantia bru- D
2. de leg. ta fidem facere merito ſcripſerunt & Plato, & Galenus: ſiquidem
2. d tu. ua. illa ſtatim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, ſeſe mouere, agitare, ac ſaltare conſpiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametſi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipſi, quantum conceditur, ſeſe mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus poſt modum creſcentibus annis dum condiciones ſupra deſcriptas recipiũt nil aliud plane ſunt niſi ipſiſſima facultatis gymnaſticae opera: ut omnino dicere cogamur ipſam ſi non a natura factam, ſaltem ſecundum naturae propenſionem eſſe. Huiuſce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuerſales partes effecerit; proinde allatam ab ipſo gymnaſticae diuiſionem in mediũ proponemus, non quod ſub ipſa omnium exercitationum ſpecies appoſite contineantur, E quod a nullo alio artem hanc melius diuiſam hucuſque uidere contigerit. neque nos quiſquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo ſanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagorae eius diſcipuli credere tenentur, ſcriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuiſſe, nec uſquam ab illius placitis receſiſſe: nam Galenum hoc in loco ſequi non poſſumus, quoniam, ubi ſimilem diuiſionem aggreſſus eſt, exercitationum potius, quam ipſius artis partitionem inſtituiſſe uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. ubi demõſtraſſet ſiniſtras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius conſuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adſcribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui F pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos ſiniſtris etiam exercendis aſſueſaciant. poſtea docens quae ſint illae diſciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram muſicam ex ijs eſſe, alteram gymnaſticam ſcribit: gymnaſticae rurſus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram eſſe dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametſi Plato de gymnaſtica bellica dumtaxat ſermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere eſt ac medicinae gymnaſtica, fine ſolum differens, nec prorſus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemq. conſeruare intendit ſicut medicus, ſed alium finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus ſecundum Platonem gymnaſticam diuidi in ſaltatoriam, atque palaeſtricam, ſub nomine palaeſtricae intelligentes uniuerſam illã exercitationum ſeriem, quae uel in palaeſtra gymnaſiorum, uel in loco palaeſtrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnaſtica facultas quaedam exſiſtat, ut ſaepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noſcit, & eis utendi modos, ac regulas ſanitatis, aut boni habitus gratia praeſcribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud ſunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a ſaltatoria, aut a palaeſtrica deſcribuntur, praefiniunturq. id quod forſan Galenus innuere uoluit, quando in ſecundo libro de muſculorum motu ſcriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ B παλαιστικοὺς ſolos facile crura flectere: neque enim ſum neſcius (ut paullo ante dixi) minime hanc gymnaſticae diuiſionem perfectam exſiſtere, neq. ab illa ſingulas exercitationum ſpecies comprehendi poſſe, quoniam ambulatio, equitatio, & ſimilia gymnaſticae exercitationes ſunt, nihilominus ſaltatoriae aut palaeſtricae nequaquam ſubſunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauiſſimo auctore traditam aliqua ex parte ſequemur. quod ſi nos etiam eam magis illuſtrantes dixerimus gymnaſticam duplicem eſſe, alterã, quae motus hominum a ſe ipſis factos ſolum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaeſtricam, tum in ſaltatoriam diuidi, non modo cum Platone ſentiemus, uerumetiam ipſius rei ueritatem fortaſſe aſſequemur; ſi quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam ſub aliqua praedictarum ſpecie contineri non oſtendam. C Nec quidquam ſententiae noſtrae obſtabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inſcribitur, (ſi is eſt Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) ſub alio artis genere palaeſtricam, & orcheſticam, ſub alio medicinam, cuius partem gymnaſticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de ſaltatoria, quae erat hiſtrionicae ſpecies, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; ſimiliter & de palaeſtrica uitioſa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno ſtatuimus. non autem de palaeſtrica, neque de ſaltatoria a Platone, & a nobis intellectis.

CVm itaque gymnaſtica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a ſeipſis, & quae ab alijs factos ſpeculatur; atq. prima adhuc in ſaltatoriam & palaeſtricam partiatur, ne confuſa euadat tractatio noſtra, primo ſaltatoriam, deinde palaeſtricam omnes in palaeſtra, uel loco ſimili actas exercitationes complectentem explicabimus, poſtremo eam, quae circa motus ab alijs factos uerſatur, gymnaſticā adnectemus. quibus tractatis uniuerſa gymnaſtica nota fiet. Saltatoriae igitur, ſiue ὀρχήσεως, tres ſpecies Homerum nouiſſe, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile poſſunt. Prima eſt cubiſtica, quam Xenophon, atque Suidas ſcribunt fuiſſe artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput ſaltabant, E quomodo etiam tempeſtate noſtra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hanc, κυβίστημα uocauit Lucianus. Secunda ſpecies eſt ſphaeriſtica, ſiue pilae ludus. nam quod ludentes pila ſaltarent, praeter Homeri teſtimonium qui ſexto Odyſſeae de Nauſicaa haec tradit:

> σφαίρῃ τε γὰρ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι·
> τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, uittis uellisq. remotis,*
> *Atque his Nauſicaa ob niueas ſpectabilis ulnas*
> *Principium ludo dabat.*

teſtatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, ſicuti inferius indicabimus. Tertia ſpecies eſt ὄρχησις ſimpliciter dicta, nos F ſimpliciter ſaltationem dicere poſſumus. Tota hac orcheſtica quāuis maiores noſtri ut plurimum uoluptates, ac laſciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam uſque ad haec tēpora perdurat; nihilominus gymnaſticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorſus non caruiſſe conſtat, ſicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omiſſa fuiſſe demonſtrabo, ubi in ſingulis exercitationum ſpeciebus declarandis, quomodo unaquaeque gymnaſticae illis ſeparatim uſa ſit, indicare conanabor. Bellicam enim abſque ſaltatoria non fuiſſe, locupletiſſimum teſtem Platonem habemus, qui in ſeptimo de legibus ſaltationem in tres diuiſit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremq. uocauit eorum, qui modo exſilitionibus in altum, modo depreſſionibus, modo inclinationibus hoſtilium incurſuum inuaſio-

A uaſiones,euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculato-
res, & percuſſores ſimulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in
Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti uiros
ſimul,ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum
adiumenti acceſſurum ad adipiſcendam militarem peritiam. Quod
uero athletica gymnaſtica inter ceteras exercitationes habuerit ali lib.7.c.48
quando ſaltationes,comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanio-
nem togatae ſaltationis primum inuentorem utriſque ſaeculari-
bus ludis,& D. Auguſti,& Claudij Caeſaris ſaltaſſe memoriae pro
didit: quemadmodum & Plato loco nuper citato ſaltationem a no li.6. de Cy
bis mediam,ab ipſo ἀμφισβητουμένην nuncupatam in ſacrificijs,at- ri Exped
que expiationibus fieri ſolitam, quam a Mantinenſibus, & Arca-
dibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte inſi-
B nuare uidetur, athleticam, cuius & ludos,& ſacrificiorum celebri-
tates eſſe iam decreuimus,ſaltatoriam habuiſſe. Galenus porro nec
medicinae gymnaſticā ſaltationes a ſe reſpuiſſe tamquam ſanitati,
& bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in ſecūdo
περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini reſtitutos a ſe luctis, pā- cap. ulti
cratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus re-
ſert. id quod Antyllus pariter teſtatum fecit,ubi inter ceteras exer Orib.6. collec.
citationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, me-
diamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere,
& ob id pueris, mulieribus,atque ſenibus, quorum corpus mirum
in modum imbecillum, & gracile eſt, conducere ſcribit. An uero
haec ea ſit ſaltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, ſiue paci aptam nuncupa
uit, quamq. animi in proſperitatibus, & in moderatis uoluptati-
C bus tēperati exſiſtere ſcripſit,haud tuto affirmare audeo. ſat ſit no-
bis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticae genus hac ſaltatione
caruiſſe, in quam & in palaeſtricam exercitationum artem a Plato
ne diuiſam eſſe iam diximus.

*De Sphaeriſtirica. Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubiſticam, ſphaeriſticam, & or-
cheſticam, ſiue communi nomine uocatam ſaltationem
diuiſimus, quarum unaquaeq. iam nobis fuſius declarā-
da foret. Sed quoniam de cubiſtica ab auctoribus pauca
admodum tradita reperiuntur,omiſſa illa,reliquas duas proſeque-
mur. Atque primo ſphaeriſtica ſeſe offert, quae tametſi Homeri
temporibus ſimplicior eſſet,attamen poſterioribus ſaeculis miram

uarietatem acquiſiuit, ita ut & ipſa in gymnaſijs tam locum σφαι- D
ρηςήριον, quam praefectum σφαιρηςικὸν uocatum habere meruerit.
Quis uero primus ſphaeriſticam hanc, ſiue pilae ludum inuenerit,
lib. 7. c. 56 ſcriptores diuerſa ſentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nauſicaam
ludi pilaé inuentricem, ſed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippaſus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
iſtud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam ſentire nequea-
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortaſsis & tantae uarietа-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera
certius cognoſcere poſſemus. in quibus explicandis cum hucuſq.
ſcriptores non parum confuſi fuerint, atque interdũ a ueritate lon
ge receſſerint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario E
rem, minusq. antiquorum ſcriptis repugnantem efficere ſtudebi-
mus. Pila itaq. ludendi genera quatuor dũtaxat apud graecos exſti-
tiſſe reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, καὶ
κώρυκον, ſiue paruam pilam, magnam, atq. pilam inanẽ, & corycũ.
repono corycũ inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribaſius,
& Paullus ab illis ſecreuerint, inſtrumentum illud, ut demonſtrabi
mus, uel pila erat, uel pilae aſſimile. Paruae luſus ſecundũ Antyllũ
tres ſpecies diuerſas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma
nus manibus proxime admouebãt. ſecũda erat pila maiuſcula, qua
cubitos cubitis ludendo immiſcebat, nec corporibus mutuo haere-
bat, nec annuebant, ſed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad- F
huc maior ſecunda, in qua homines inter ſe diſtantes ludebant, &
in qua cum ſtataria, ac motoria pars eſſet, qui manebant, pilam e-
mittebant cũ uehementia, & concinnitate. inter has ſpecies adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum ἁρπα-
ςὸν & φαινίνδα uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pi-
lae ludo, ſimul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tũ quia Cle
mens Alexandrinus, ſcriptor grauiſſimus, ubi demonſtraret ludum
paruae pilae, & praeſertim φαινίνδα, exercitationem eſſe uiris ualde
accommodatã, eam paruae pilae ſpeciem fuiſſe hac oratione clarũ
facit: εἶδα καὶ σφαίρη τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φαινίνδα παιδιὰν ἐν
ἡλίῳ μάλιςα. quod & a Polluce cõfirmatum inuenitur, ubi etiam
harpaſtum uocatum innuit. huius etenim inuẽtorem exſtitiſſe Pha
naeſtrium paedotribam, ſcripſit Iubas Mauruſius, cuius item deſcri
ptionem

A ptionem Antiphanes in huncmodum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ᾽ ἔφευγ᾽ ἅμα. τὸν δ᾽ ἐξέκρουσε, τὸν δ᾽ ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum iſtũ Φεννίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quaſi ſic ludẽtes ſibiipſis pilam mutuo mandarent: uel ſic uocata eſt a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, ideſt, a decipiendo, quoniam alio ſimulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, ſicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, epiſcyrum luſum fieri ſolitũ, ubi paribus ad pares in duas turmas diſpoſitis, media linea educebatur, quam ſcyrum uocabant, cuiq. pilam impoſitã quiſq. contẽdebat, ut intra alias duas lineas poſt utrorumq. ordinẽ deſcriptas aduerſariorum, metas ſcilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam luſores dum pilam capiebant, at- 3 Paed. lib. cap. 10.

B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, ſiue euertebant, uerisimile fit ſpectatores, atque etiam ſeipſos magna delectatione affeciſſe, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde Demoxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ explicaturus haec prodidit: Νεανίας τις ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ᾽ ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ᾽ ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ᾽ ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τι λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ᾽ ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ᾽ ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ᾽ οὐκ ἐμοί ὑγιαίνειν δοκῶ. ideſt, Iuuenis quidã annis fere decem, & ſeptem natus pila luſit, Patria erat Cous (nam athenaeus 1. Dhipnoſophiſt.

C illa inſula Deos producere uidetur) qui cum in ſedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes ſimul clamabamus: quãta autem concinnitas, ordo, ac uenuſtas dũ aliquid diceret, aut faceret, ſupra omnẽ pulchritudinem exſiſtit. O uiri, neq. umquam antea audiui, neque talem uenuſtatem uidi, certe aliquid mali cõtigiſſet mihi ſi diutius ibi permanſiſſem, neque multum mihi ſanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae luſores compte, & concinniter ludere ſolitos perſpicuum efficitur. Hae itaq. ſunt pilae paruae ſpecies, de quibus a Graecis mentionem habitã ſcio, & in quibus Epigenes philoſophus, nec non Cteſibius Chalcidenſis philoſophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exſuebantur, multum excelluiſſe dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo ſcilicet ſeſe reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequã ter-

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D
ludendi modos non ſolum ex ipſius pilae magnitudine, uerũ etiã
ex manuũ figura a ſuperioribus diuerſos effeciſſe, Oribaſius ex An
tyllo teſtatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
hoc tamen ambo commune poſſidebant, ut ſicuti in ceteris praedi
ctis luſores ſummas manus ſemper humeris humiliores, ita in hac
ſemper capite altiores tenerent, quandoq. etiam ſummis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. ſaltabant, cum
ſcilicet pila ſuper eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter bra
chia agitabant. Inanis porro, ſiue uacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud ſatis explicatum habetur: ſi quid tamen
coniectura ex Antylli uerbis aſſequi licet, credo hanc pilã, quemad
modum & ceteras, ex corio conſutam fuiſſe, in hoc ab alijs differen
tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec ſolo uento, ſiue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipſa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis eſſet, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribaſium clariſſime expreſſerit, eius oratio-
nem huc traducere ſtatui, quae ita in Vaticano codice ſe habet.
Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύ-
ρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύνα
μιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάνυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω
θεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφα-
λὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰω
ροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαί-
νειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθουμένους
ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαν
τες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προ- F
σελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμ-
πουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι.
ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ
στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετά-
lib. 6. coll. φρενον. id eſt, Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficul-
" neo, aut farina, in robuſtioribus arena impletur: eius uero magni-
" tudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, ſuſpenditur au
" tẽ in gymnaſij ſuperne e culmine, tantumq. a terra diſtat, ut fun
" dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utriſq. mani-
" bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, poſtea uero uehe-
" mentius geſtant, ita ut ipſum recedentem conſequantur, & iterum
" redeunti cedant uiolentia compulſi, poſtremo uero eum e mani-
" bus reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori

aduentu

A aduentu ſuo occurrat, ad extremū uero in ſedem ſuā ſaepiſſime re- ,,
ſtituendo dimittunt, ut ex congreſſu ſi non ualde aduertant, retro- ,,
cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dū propinquat, ,,
quandoq. uero pectore manibus paſſis, quādoq. uero ijs ad terga re ,,
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametſi figurā Coryci ut pote om- ,,
nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen aſſe-
qui poſſumus & ipſum ſphaericū, aut ſaltē rotūdum ex materia co
riacea exſtitiſſe, alioqui ſi angulare fuiſſet in occurſu & manus, &
pectus non ſine laeſione percuſſiſſet. Haec autē ſi uidiſſet Fuchſius,
ſane intellixiſſet, Valeriolam non ſine ratione aduerſus ipſum con-
tendiſſe, ſollē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram di-
ſtaſſe. De hoc intelligēdum eſt adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνά-
ζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Theſſalia certatū eſt. De
B hac quoq. exercitationē uerba fecit Hippocrates, ſiue Polybus, ubi
κορυκομαχίαν, falſo a Cornario follem interpretatam, ad attenuan
dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Are-
taeus, ubi pro elephanticorum exercitationibus κορυκοβολίας pro-
bauit, quas bonus ille interpres, neſcio quo ſpiritu, perae, aut ſacu
li iactus, inepte ſatis tranſtulit. Eandem quoque intellexiſſe Coe-
lium Aurelianum exiſtimo, cum ad polyſarciam diminuendā cory
comachiam (ſic enim legendum eſt) commendauit ijſdem prope
remedijs uſus, quae ab Hippocrate loco citato propoſita ſunt. unde
argumentatus ſum, Auctorem ſicuti cetera, ita & corymachiam ab
Hippocrate mutuatum eſſe: quamuis textus iudicio meo deprauа-
tus ſit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella
ri, cenſuerunt aliqui: quorum ſententiam poſtquā in ſuperioribus
C refutauimus, nil aliud dicendum eſt. Atq. haec de quattuor pilae lu
di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ma-
ni, & coryco. quae omnia diuerſa inter ſe exſtitiſſe, non modo ex
deſcriptionibus nuper allatis maniſeſto cōſtat, uerum etiam ex Ga-
leni uerbis in ſecundo de tuenda ualetudine ſcriptis: ubi inter cete
ras gymnaſiorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam
magnam, ſeparatim recenſet, ſicut & Paulus Ægineta ipſum imita
tus. quod profecto non feciſſent niſi quaedam inter ſe diuerſa exſti
tiſſent pilarum genera, & diuerſae etiam cum ijs factae exercitatio-
nes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnaſijs exercerentur,
parum ſcire refert. ſat ſit intelligere, medicam gymnaſticam, atque
bellicam, & praeſertim pueris edocendis incumbentem pilarum ex
ercitationes uſurpaſſe, neq. ad ualetudinem, ac agilitatem compa-
randam, augendam ue eas ceteris inferiores exiſtimaſſe. Admirari

autem nemo debet, ſi nos in ſuperioribus ludos inter athleticas ex D
ercitationes repoſuimus, & ſubinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ eſt a nobis: quoniam & ueterum, & recentiorũ tam Graecorũ, quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent, aut quod illi, qui exercentur, non ſerio, ſed ioco agere uideantur, ſiue gratia ſanitatis, ſiue alterius rei id efficiãt. ludi uero, quos athleticae eſſe nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam ſolatij, & uoluptatis ſolius gratia in otiis feſtiuis agebantur.

## *De Pilae ludo ſecundum Latinos. Cap. V.*

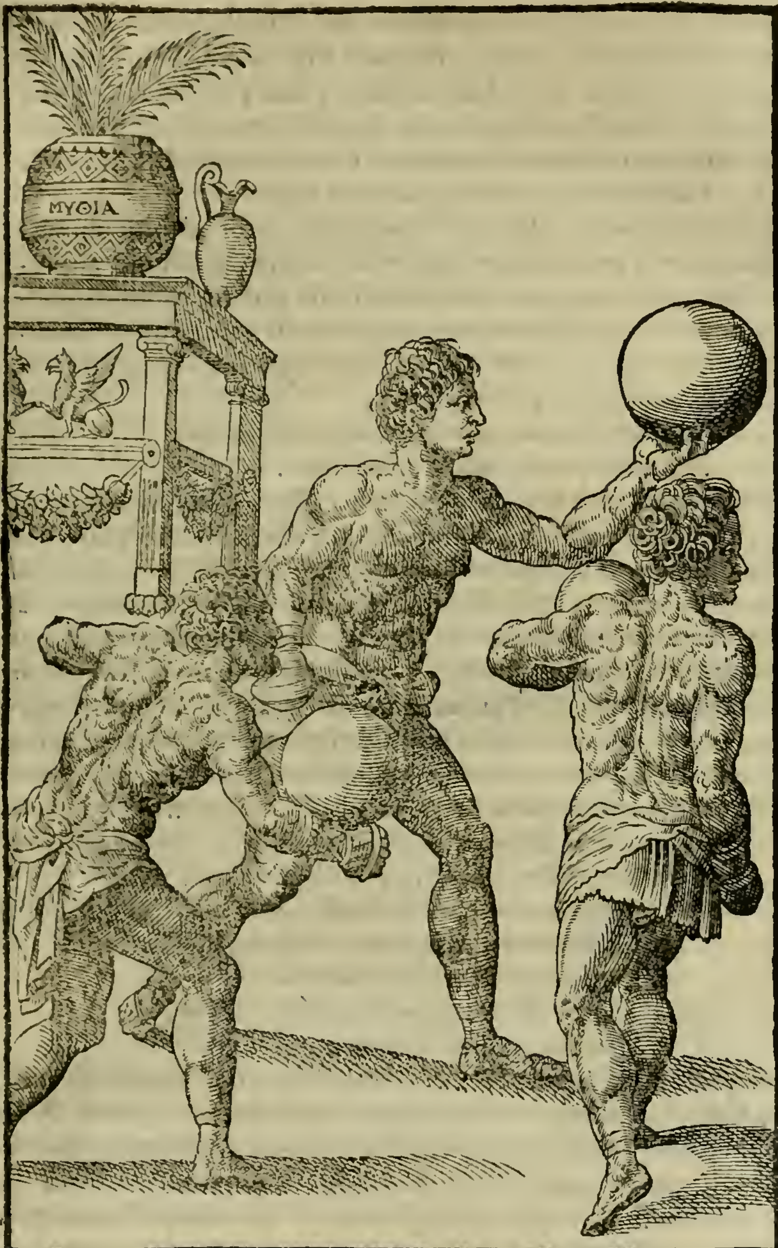
POSTQVAM pila ludẽdi Graecis uſitata genera ſatis expla E
nauimus, ſupereſt & ea, quae a Latinis & in uſu habita, & ſcriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus ambo conuenerint, & in quibus diuerſi fuerint, perſpicuum futurum ſpero. Quattuor igitur fuiſſe pilae genera etiã apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicã, & harpaſtum, quae omnia ſub nomine Italicae ſphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta, ſoloq. uento repleta, quae ſi maior erat, brachijs impellebatur, & ſimpliciter pila interdum nuncupabatur, ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum ſcito, quoniam uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulſim ludere; & apud Propertium lib.3.

*Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,* F

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat.lib.2. Sat.2.

*Seu pila uelox*
*Molliter auſterum ſtudio fallente laborem,*
*Seu te diſcus agit.*

Huiuſmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp.Rom. nummis, quos hic depictos adpoſuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque luſorum propriam pilam habuiſſe, atque eum ludum in ſacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum eſſe, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque ſacrificatorijs uaſis colligere non eſt difficile.


ΜΥΘΙΑ

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, ut apud D Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, ſicuti a Suetonio in uita Auguſti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit.

*Plumea ſeu laxi partiris pondera follis,*

cum ex corio uento repleto pila haec conſueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij reſpondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixiſſe. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque ſenes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi ſcriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
*Folle decet pueros ludere, folle ſenes.*

E

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus luſui locus nullis lapidibus aut lateribus ſternebatur, ne laberentur pedibus ludentes, &, ſi forte lapſi eſſent, ex caſu damnum nõ paterentur; & propterea, cum ſolum minime pauimentatum foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri poteſt ut pauimento luderent, ſed puluere humili & exiguo illud adſpergeretur, ita ut pilam reſilire non impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarentur. Nã in puluerulento ſolo fieri hanc exercitationem conſueuiſſe, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire neſcientem in hunc modũ carpit:

*Effugere e Thermis, & circa balnea non eſt,*
*Menogenen, omni tu licet arte uelis,*
*Captabit tepidum dextra laeuaq. trigonem:* F
*Imputet exceptas ut tibi ſaepe pilas,*
*Colliget, & referet lapſum de puluere follem,*
*Et ſi iam lotus, iam ſoleatus erit:*

Numquid autem ludus iſte fuerit unus ex ijs, quos ſuperius ſecundum Graecos auctores enarrauimus, uariae ſententiae fuerũt. Alij enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorũ idem fuiſſe, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. ual. cet. corycum follem traduxiſſet, in ſexto poſt modum libro magnã pilam iterum follem tranſtulit, quaſi corycus, & pila magna non
2. de tu ual. differret apud Galenum, qui expreſſe & pilam paruam, & magnã, & corycum diſtinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem Latinorum fuiſſe: atque hanc opinionem maior pars recentiorum ſcri

A ſcriptorum habuit, inter quos ſuere quidam, qui apud Oribaſium caput Coryci, de ſolle pugillatorio inſcribendum iudicarunt. ſed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuiſſe, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera eſt, quod ludentes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, quod Oribaſius ludum pilae magnae non modo aegrotis, ſed etiam conualeſcentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follem, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnaſiorum ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo
B grano, aut farina, aut arena implebatur, follis ſolo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderunt. quibus ego libenter aſſentirem, niſi Martialis dixiſſet, follem mitiori aetati conuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam eſſe cenſuiſſet. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neque inanis pila Graecorum, neque magna eorundem, neq. corycus fuerit, eum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerunt nõnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilam ſimplici no-
C mine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro ſeptimo.

*Non pila, non follis, non te paganica Thermis*
*Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:*
*Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,*
*Non harpaſta uagus puluerulenta rapis.*

Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici complectetur: de hac ſimiliter locutum credo Celſum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilam, & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus demonſtrat, luſores ita triangulari ſitus figura colludere ſolitos, ut manibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam ui- l.b.1.c.6.

ciſſim

ciſſim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo D ſummam ludentium laudem fuiſſe ueriſimile fit, ſicut in lib. 7. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem ſiniſtrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

*Sic palmam tibi de Trigone nudo*
*Vnctae det fauor arbiter coronae,*
*Nec laudet Polybi magis ſiniſtras.* & libro. 12.
*Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem.* & libro. 14.
*Si me nobilibus ſcis expulſare ſiniſtris*
*Sum tua, ſi neſcis, ruſtice redde pilam.*

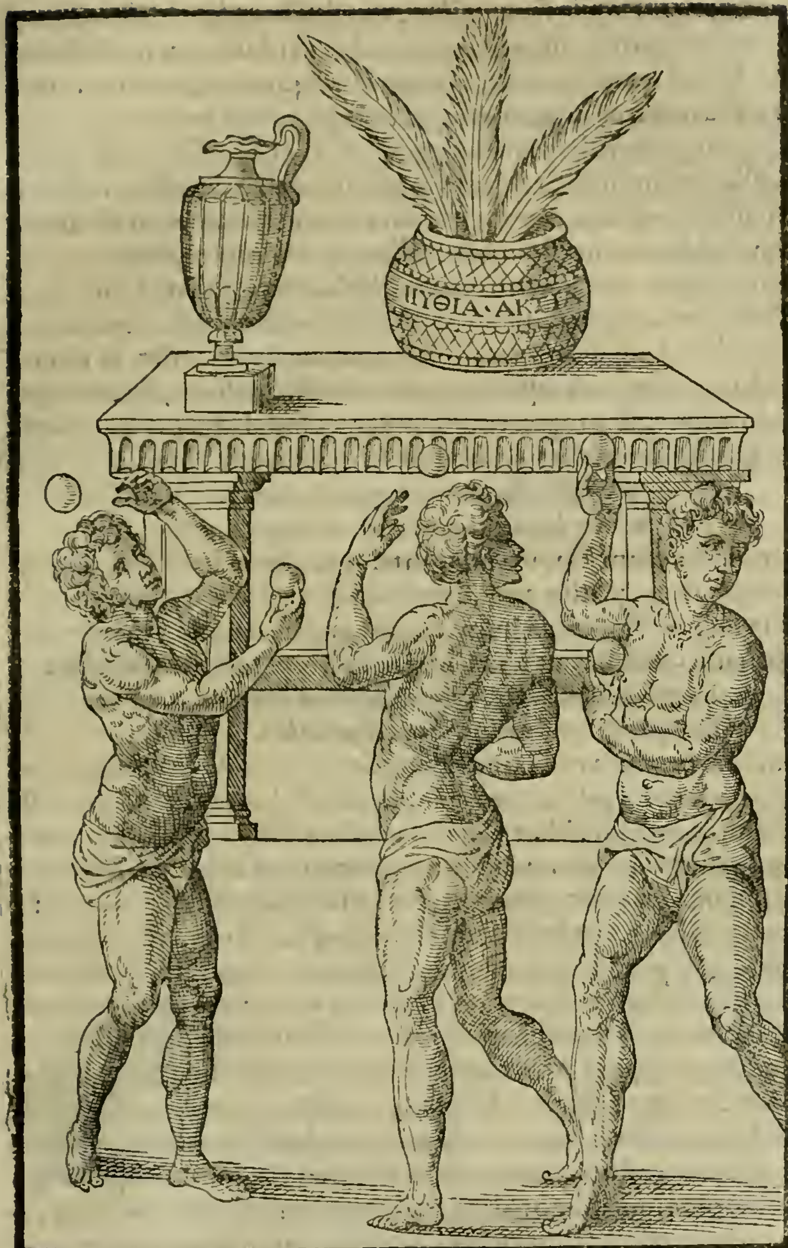
Ex his mehercle patet conſueuiſſe trigone ludentes a ſe inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo ſiniſtris, modo dexteris, eo prope modo, quo noſtrates pila parua ſupra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae luſum deſcripſit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco ſupra citato, tum lib. 4. E

*Seu lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:*

haud ſatis mihi conſtat. attamen, ſi quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixiſſe, uel quod homines ludendo ob uehementem utriuſq. manus laborem, & aſſiduo motus pilae tenore magis incaleſcerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnaſijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuiſſe, ueriſimile uideri poteſt: cum ſupra tum ex Galeni, tum ex Martialis ſententia demonſtrauerimus, poſt pilae ludum ſtatim conſueuiſſe balnea calida ingredi. Niſi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixiſſe, quia ex continuo motu pilae in manibus ipſa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerētis F dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo ſupra ipſum ſtatu tepeſceret.

*Nulla ne finis erit noſtro conceſſa dolori,*
*Turpis, & in tepido limine ſomnus erit?*

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excuſſis hunc in modum apparet. Quem item ludum in ſacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi ſolitum, memoriae proditum eſt.


ΠΥΘΙΑ·ΑΚ

Succedit paganica pila ſic appellata, quod eſſet uulgaris admodum, D
c in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in uſu habe
retur. Nam Dionyſius antiquitatum libro 4. refert, Romá in quattuor tribus olim partitam fuiſſe, quae & pagi, ſicut earum habitatores Pagani, nominabantur. ſiue igitur ab iſtis pagis, ſiue a uillis paganica pila denominata ſit, parum referre credo. ſat eſt, pilam fuiſſe ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, non ita tamen ut eſt follis, laxam, ſed duriorem; ſiquidem follis, qui uento replebatur, etſi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempeſtate noſtra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior eſſet, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa uſquam foret, ſed undequaque duriſſima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenuſtiſſime Martialis hoc diſticho oſtendit libro 14. E

*Haec quae difficilis turget paganica pluma,*
*Folle minus laxa eſt, & minus arcta pila.*

Sub nomine enim ſimplici pilae intelligi aliquando follem, aliquádo trigonalem, paullo ante ſignificauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnaſijs paganicae pilae exercitationem in uſu exſtitiſſe, ut idem Martialis lib. 7. teſtatum reliquit.

*Non pila, non follis, non te paganica thermis*
*Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes.*

Nam cum ſaepius a nobis indicatum ſit conſueuiſſe fere omnes, qui ſeſe in gymnaſijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps ſtatim balnea ingredi, Martialis illis uerſibus demonſtrat, inter ceteros pilae ludos in gymnaſijs ſe exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam eſſe. Vltimum & quartum La F
tinorum pilae genus harpaſtum fecimus. quod ob nominis ſimilitudinem idem prorſus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum habemus, niſi quod Athenaeus his uerbis manifeſtum facit, harpa-
,, ſtum rotundum fuiſſe. τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν,
,, φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι: ideſt, Luſus au
tem pilae harpaſtum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam ueriſimile ſit ex corio ſicut ceteras pilas conſtaſſe. quae omnia, propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores ſcribere dimiſerunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicaſſe Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpaſtum appoſitiſſime deſcribit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuiſſe comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etſi in aliquibus aſſimiletur harpaſto, in hoc tamē ab harpaſto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua noſtrates calce ludunt, maior eſt. Nam & antiquiores in puluerulento ſolo hac pila ludebant, ut teſtatus eſt Martialis lib. 4.

*Siue Harpaſta manu puluerulenta rapis.* & libro. 7.
*Non Harpaſta uagus puluerulenta rapis* & libro. 14.
*Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,*
*Grandia qui vano colla labore facit,*

Quae omnia argumento eſſe poſſunt, hanc exercitationem perarduam fuiſſe, ſolisque ualidioribus hominibus conueniſſe. quod
B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij teſtimonium de ludis uirorum ita ſcribentis,

*Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,*
*Materia ludunt uberiore uiri.*
*Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochiq.,*
*Armaq., & in gyros ire coactus equus:*

eiuſdē poetae uerſus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, qua ſi rē mulieribus prae alijs maxime inſuetā ageret, poſt multa dixit, 3. de arte amandi.

*Harpaſto quoq. ſubligata ludit.*

Ideo mirari ſoleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepſia uelit nutrices ſphaerae ludo, uel aliqua ſaltatione exerceri: nisi ſit ſphaera apud ipſum ſollis, quem & pueros, & ſenes uſurpaſ- Lib 1. ſen. 3. trac. 2. cap. 2.
C ſe, ſupra docui. Auicenna cuiuſdam pilae ligneae mentionē facit, de qua poſterius uerba faciā, cum ad praeſentē de ſphaeriſtica altera ſaltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec ſatis.

## *De Orcheſtica, ſiue tertia ſaltatoriae parte.* Cap. VI.

TRES ſaltatoriae partes, cubiſticā, ſphaeriſticam, & quae nomine generis uocatur ſimpliciter, ſaltationē, in ſuperioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertia modo, quā ſcrupuloſiſſimā uocauit Columella, ſubnectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo quid fuerit, ſecundo quot ſpecies habuerit, tertio cur ea uterentur maiores noſtri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Ariſtoteles itaq. in principio ſuae poetices, ubi dixiſſet, omnia poeſeos genera in hoc conuenire, quod imitationes ſint, imitationes diui- In prooe. lib. de re ruſtic.

dit

dit, quarum alias diuerſis generibus imitari ut uel harmonia, uel D
rythmo, uel nudo ſermone; alias diuerſas res, ut uel meliores, uel
ſimiles, uel deteriores; alias diuerſo modo ut uel agentes, uel in-
troducentes, uel narrantes, atq. aut alienam perſonam induti, aut
non mutati; de ſaltatione haec concludit: *αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦν-
ται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζο-
μένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις.* ideſt, Nu-
mero uero ipſo ſine harmonia, imitantur ſaltatores: iſti enim nu-
meroſa geſticulationis uarietate, mores, paſſiones & actiones imi-
tãtur. Ex qua oratione apparet, *ὄρχησιν*, ſiue ſaltationẽ, nihil aliud
fuiſſe, quam facultatem quandam motibus, ac geſtibus corporis,
artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominũ mo
res, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuilium dixerat, nihil eſſe
in rerum natura, quod magis exprimat rerum ſimilitudines, quam E
Cap. 4. numerus, & cantus, ſapienter etiam ſcripſit, ſaltatores in imitandis
actionibus numero uti. Quomodo haec per numeroſos motus effi
ceretur imitatio, unus omnium clariſſime poſt Ariſtotelem expreſ
Prob. 15. ſit Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium ſaltationem tres partes ha-
buiſſe ſcripſit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ip
ſa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus conſtaret, perinde ac
harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipſe nil aliud fuiſ-
ſe, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae re
praeſentatiuam: figuram uero fuiſſe habitudinem, diſpoſitionem-
que, in quam motio ſiue latio terminabatur, nempe quando ſalta-
tores quieſcentes ſecundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut eſt apud Platonem) figuram diſpoſiti in corporis ſimili-
bus formis graphice aliquantulum perſiſtebant, indicationem au F
tem fuiſſe nõ proprie imitationem, ſed alicuius rei, nempe terrae,
caeli, uicinorum numeroſis, atque ordinatis motibus factam decla
rationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias
nominibus fictis, alias tranſlatis utuntur; dum uero indicant, pro-
pria nomina uſurpant: ſimiliter ſaltatores imitantes, figuris, & ha-
bitudinibus; declarantes autem, res ipſas praedictis indicationi-
bus utuntur: adeo ut, ſecundum Platonem, Ariſtotelem, atque
etiam Plutarchum, tota haec ſaltatoria facultas in imitatione ſolo
motu facta cõſiſteret. ipſiq. ſaltatores nil aliud actitabant, niſi quod
ſeſe mouentes numero, & ordine geſticulantes, aut lationibus, & fi
guris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declara-
bant, aut omnibus ſimul mores, perturbationes, atque actiones ho
minum repraeſentabant. unde non abſq. ſumma ratione Simoni-

des

A des poeta ſaltationem poeſim tacentem, ſicuti poeſim ſaltationem loquentem uocare ſolebat: quamquam refert Putarchus, tempeſtate ſua ueram ſaltationem a muſica, cui aſſociabatur, deprauatam fuiſſe; atque a caeleſti illa decidentem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam imperium tenuiſſe, idq. poſtmodum uſque ad tempora noſtra permanaſſe, in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati uiri cognoſcunt. Quis autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtrauerit, ſatis cōpertum non habetur, niſi quod Theophraſtus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum ſonaret, motiones atque numeros corpore effeciſſe, & ob id apud ueteres ſaltare uocatum fuiſſe ſiceliſſare; poſt quem Chleophantus Thebanus, & Æſchylus multas ſaltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλίσμους Si-
B cula uoce appellatas Epicharmi auctoritate inſinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec ſaltatio tantae exiſtimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem ſaltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ᾽ Ἄπολλον: ideſt:
*Saltator rex ſplendoris, pharetrateq. Apollo.*

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius inſtrumenti ſonitum, uel ad cantum, uel abſque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recenſuerunt Homerus, Plato Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praeſtantiores & illuſtriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in uſu erant, aut repertae & illuſtratae fue-
C rant, nomen ſuſceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae ſunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenſes, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus ſic Iuuenalis.

*Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro*
*Incipiet prurire choro, plauſuq. probatae*
*Ad terram tremulo deſcendant clune puellae,*
*Irritamentum Veneris languentis, & acres*
*Diuitis urticae*

& huiuſcemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodā Lacone, ſeu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.

Loco citato.

8. dipnoſ.

Sat. II.



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem noſtris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Moreſcas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orſitis, & Epichiedios penes Cretenſes, Carpaea apud Æmanenſes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos ſiue mactriſmos, quam mulieres ſaltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae ſtabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molosſica, emmelia, cordax, ſicinnis, perſica, phrygia, nicatiſmus, thracius, calabriſmus. Teleſias a quodam uiro Teleſio, qui primus eam armatus ſaltauit, ſic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem ſuſtulerunt, aliae tornatiles ſiue uerſoriae quod ſe in circum uertentes ſaltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod ſcribit Galenus, archiatro contemporaneus B exſtitit, has ſaltationes δίνους uocatas ſcribit, aliae inſanae, ut caudifer, mongas, Thermauſtris, nec non anthema, quam ſaltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi roſae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactriſmus, apochinos, & ſobas, morphaſmus, Glaux, & leo: aliae ſcenicae, quales tragica, comica, & ſatyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, nō eſt praeſentis tractationis declarare: ſatis ſit intelligere hanc tertiā ſaltationē tot atq. plures adhuc diuerſas ſpecies, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuiſſe, ſicut etiam diuerſis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex ſententia Ariſtotelis ex impulſu, atq. tractu componatur, ſaltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc ſurſum, uel deorſum, uel prorſum, uel retror- 7. Phyſ.
C ſum, uel dextrorſum, uel ſiniſtrorſum: a quibus poſtea motibus componebatur ſimplex ambulatio, flexus, procurſus, ſaltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota ſaltatio perficiebatur.

### *De fine ſaltationis, & de loco.* *Cap. VII.*

CVM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere ſemper ſtuderent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, ueriſimile ſit, ut prius ſaltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta ſit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta ſit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, conſertionem, compectinationem, diſtentio-

nem, complexum, alternationem ſaltatores peragerent: atque ita D uniuerſa ſaltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad repraeſentandas res formatis conflata ſit. quod autem ſaltantes praecipue brachia mouerent, ſignificauit & Ouidius, ubi dixit:

*Si uer eſt, canta, ſi mollia brachia, ſalta.* &
*Brachia ſaltantis, uocem mirare canentis.*

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuiſſe comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad ſacrificia in uſu fuiſſe praeter Platonem atque Plutarchum teſtatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra ſui temporis homines inuehitur, quod ſaltatoriae nimis operam darent, quaſi ſolis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E tiam eadem ſaltatione maiores noſtri uterentur, tametſi ſupra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum eſt illud, quod omnis armata ſaltatio pyrrhichia uocitata nō ob aliud inuenta fuit, niſi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hoſtes effugere, modo inuadere, aliosq. geſtus bellis gerendis neceſſarios perdiſcerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimā ſaltatriculam a Myſo pyrrhicham ſaltare iuſſam conſpicati, admirātes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem ſaltationis genere cum Phrynicus ſe excellenter in fabula geſsiſſet, illum ſibi imperatorem Athenienſes delegerunt. Neque etiam difficile eſt indicare hanc eandem ſaltationem & bono habitui comparando, & ſanitati conſeruandae nō parum conduxiſſe: quandoquidem de manuum geſticulatione, F quam χειρονομίαν uocant graeci, ſcriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & ſanis & interdum aegris corporibus uſurpatam eſſe. Temporibus uero noſtris ſaltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praeſtare nemo negaret, quemadmodum Galenus ſe plurimos ſanitati reſtituiſſe, aliosq. in ea ſolius ſaltationis auxilio conſeruaſſe confitetur: qui ſimiliter & ſaltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recenſuit, dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν αἷς ἄλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
» ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διαχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
» στον τὰ σκέλη. ideſt, ſaltatorum uehementes motus, in quibus maxi
» me ſaltant, & uelociſsime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes ſurſum exſurgunt, atque crura plurimum attrahunt

loc citatis. 1. & 2. d arte aman.

2. de dieta. libro 1. de cur. chr. cap. 1.

hiunt

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orcheſticam in gymnaſtica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophõtis ſe ſaltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conſeruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuiſſe palam profitetur, cuius quoque gratia eum ſibi amplam domum optaſſe ferunt. Qui uero hanc orcheſticam exercerent, uarios fuiſſe reperio. Cinaedos maxime omnium ſaltandi arti operam nauaſſe ſignificauit Plautus: apud quem Periplectomenus ſenex ſic ait. Tum ad ſaltandum: non cinaedus uſquam magis " ſaltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij teſtimo- " nio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. ſaltatores ipſos, atque pantomimos, ἀπὸ τῦ κῖνεῖν τὸ σῶμα. Poetae ſimiliter omnes non modo hiſtriones motus figuratos edocebant, uerum & ipſi B quoque interdum ſaltabãt; nam Theſpias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco ſaltatores nũcupabantur, quia non modo propria drammata inter ſaltantes choros repraeſentabant, uerũ etiam extra propria poemata uolentes omnes ſaltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentiſsime in ſaltationibus uerſabantur, poſt quos etiam ſaltationi operam nauabant quibuſcumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnaſtis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus ſaltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepiſſent, ad theatrorum partes quaſdam tranſlatae fuerunt, quae & ab Ariſtotele & a Polluce ob id orcheſtrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen ſaltationis perelegans e-C manauit. a theatris ad palaeſtras, ſiue gymnaſia illas traductas fuiſſe auctor eſt Athenaeus, cui aſſentiri uidetur Plutarchus in nono ſympoſiacon, ubi mentionem cuiuſdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie ſaltauerat, ut pueros in palaeſtra geſticulantes excellere uiſus eſſet. quo etiam in loco Meniſcum paedotribam ſaltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnaſiorum miniſtros orcheſticae non paruam cognitionem habuiſſe. In conuiuijs item ſaltationem exerceri ſolitam fuiſſe teſtatum clariſſime reliquit in Sympoſio ſuo Xenophon, ſicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem reſpuiſſe memoriae prodiderunt. Concludo itaque ſaltationem a gymnaſtica omni acceptam eſſe, ſicuti ſphaeriſticam, quae fuerunt duae orcheſticae partes, in quam, & in palaeſtricam uniuerſam ipſam gymnaſticam diuiſimus: atque haec ſatis de ipſa.

In Mil. glo. actu. 3.

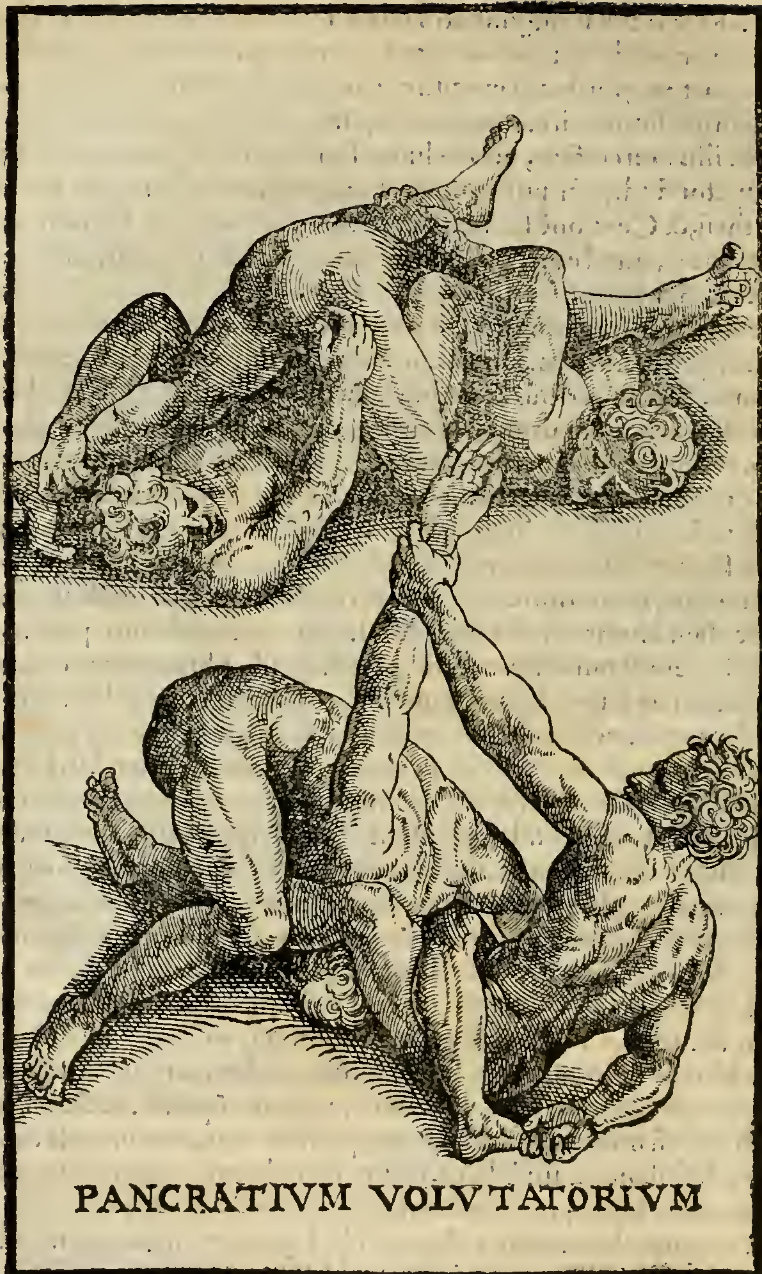
Li. 14. dip.

DEclarata iam ſatis,quantum ad hanc tractationem
ſpectabat, ſaltatoria, modo palaeſtricam,quae erat alte-
ra gymnaſticae pars, ut aggrediamur, operaepretiũ eſt,
cui poſt modum & reliquas exercitationes tam in gym-
naſijs, quam extra factas ſubiungemus. Palaeſtram multas ſub ſe
exercitationes habuiſſe demonſtratum ſuperius fuit,inter quas cõ-
tinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine
πάλη,quandoque καταβλητική ſiue deiectoria: a Laconibus nun
cupata. Haec nihil aliud fuit, niſi exercitatio quaedam in loco gy-
mnaſij peculiari nempe palaeſtra, ſiue porticu tecta, quae xyſtus
uocabatur, fieri ſolita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, &
puluere aſperſi ſeſe brachijs complicantes, inuicemq. concertan- E
tes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragen-
dum embolae, parembolae, paratheſes, & ſyſtaſes neceſſario requi
rebantur,illudq. prae ceteris quaerebatur,ut pedes primo compre
henderentur, quod Pſeudolus ebrius apud Plautum ſignificauit,
" de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator doloſus eſt. Sed
In Pſeu. actu.5. antequam certamen inirent, muſculos prius calefaciebant,perfri-
ctionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod ſi aliquando
haec agere intermiſſiſſent, ijs quaedam partes rumpebantur, con-
cap. 8. uellebanturque, ſicuti tradit Gale. 4. de locis affectis:qui etiam ali
bi ſcriptum reliquit, hunc a gymnaſticis in luctis obſeruatum eſſe
ordinem, ut numquam uehementes inirent, niſi prius faciles, &
ſimplices eſſent edocti, neque has aggredi ſolitos antequam frica-
2. de diff. pulſuum. rentur, neque fricari, priuſquam ungerentur. Dixi, bini, quoniã F
etſi plures poſſent uno tempore eodem in loco lucta contendere,
tamen ſemper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnul
los non ſolum uiro uir concertabat, ſed puellae quoq. iuuenibus
contendebant, quemadmodum apud Lacones,& ſicuti de Chijs re
fert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnaſticae artis mi-
nimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos,
qui omnibus alijs exercitationibus uetuſtiorem exſtitiſſe autuma-
rint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud
Graecos nil aliud, quam uetuſtatem iudicare uideatur: nam & lo-
cum exercitationum palaeſtram nuncupatum, πάλην primo nomi
natum conſtat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutar-
2. Symp. prob.4. chus,qui non palaeſtrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quaſi antiquiſſima
res ſit lucta, deductum eſſe uoluerint, ſed potius quod ſolum haec
exer

A exercitatio πηλοῦ ideſt luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam ueriſimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificioſiſſima, & aſtutiſsima exſiſtit, omnium etiam uetuſtiſsima fuerit, cum manifeſte appareat, primo in uſum ea uocari, quae ſimplicia ſine ulla arte, & uia magis quam methodo conſiſtunt: unde Soſicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod eſt dolo & inſidijs deijcere, fuiſſe deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ, ideſt a coniunctis, ſimulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quaſi ita ipſa appellata ſit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam ſententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud ſolam quattuor digitorum menſuram ſignificare ſcribit, a qua menſura deduB ci poſtmodum exercitationis nomen ualde longinquum eſt; & proinde melius ſenſiſſe uidentur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλῆναι natam & dictam πάλην, credunt, ſiue ἀπὸ τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & ſpargere, quod poſtremum ab Homero quoq. ac Hippocrate uſurpatum teſtatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, ſignificare conſtat: niſi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc eſt appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem curſores ſemper diſtabant, necumquam appropinquabantur, pugillatores pariter a deſignatoribus numquam complicari permittebantur, ſed ſoli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracuſanorum nummis recognoſcere poſſumus, in quibus ſic luctatores uarios repraeſentari, indicauit nobis Ligorius.


LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnaſijs tres fines habuit, temporeq. Gale-
ni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipſe pri-
mo de art. xxiij. luctandi magiſtros uarias, ac multiformes membro-
rum diſtorſiones, circumnexionesq. inueniſſe: primum, ut Athle-
tae in illis exercerẽtur, quo in ludos ſacrificia & amphitheatra exeũ
tes, uictoriã adipiſci poſſent: atq. huius luctatoriae auctores fuiſſe
Antheũ, & Cercionẽ ſcribit Plato: Secundũ ut ad bella homines ex 7. de leg.
ercerentur, quod exercitationis genus, primo in uſu poſitum alij a
Theſeo Athenienſiũ principe; alij a Phorbante Theſei paedotriba
referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis ha-
bitũ acquirerent, ſicq. ſanitatem curarent; in quo uſq. adeo elabo-
rabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro ſic luctantibus
oſſa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaeſtrico quo-
B dam pacto ab alijs diuerſo ſe remittere cõſueuiſſe teſtatur Galenus. lib. de machinamen.
Hoc tamen animaduertendũ eſſe duco, Galenũ non modo luctam
athleticã, quã reſpub. bene inſtitutas odiſſe ſcribit, improbaſſe, ue
rũ & ſanitati ſtudẽtẽ interdũ parce laudaſſe, ut pote qua robur qui-
dẽ augetur, at luxationis, ac fractionis oſſium, necnon ſuffocationis
periculum immineat. ſimiliter & Clemens Alexandrinus qui tem-
pore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum
tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honeſtio-
rẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' ἐυσχήμονος & gratia bonae,
ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus ſolũ-
modo luctam & pancratium uolutatorium in palaeſtra exerceri ſo
litum ſcribit, duo cõſideranda ſunt. Alterũ, ꝙ palaeſtra aliquando
ſignificat totũ gymnaſiũ, ut ſupra declarauimus, aliquando locum
C in gymnaſio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enume-
ratae peragebantur; aliquando locũ, in quo ſoli luctatores, & pan-
cratiaſtae uolutatorij exercebantur, quorum certamina grauia a-
pud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmo
dum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uiſus eſt Galenus in
fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, pri
mũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cõpoſitũ. Secũdumꝙ
uolutatoriũ nuncupabatur, ſpeciesq. luctae erat, nam in lucta cer-
tantes ſeſe deijcere ſtudebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ
uolutatorio humi proſternebantur; atq. ibi inuicem cõplicati; ſeq.
mutuo conuoluentes alter alterum ſibi ſupponere nitebantur: quẽ
admodum clariſsime moſtrãt depicti hic nummi cuiuſdam Saluſtij
Auctoris qui ſub Valentiniani, & Placidiae Auguſtae principatu
Africae regno ui occupato ludos ſimiles, atq. alios ob uictoriam
edidit.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Ariſtotelem uerba feciſſe, ubi nullum erectum, & ſtantem continenter, & tuto incedere poſſe demonſtrat, quia perinde ſe moueret, ut palaeſtritae, qui per puluerem in genua ſubſidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum eſſe Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ greſſu.

*Non amo qui uincit, ſed qui ſuccumbere nouit*
*Et didicit melius* τὴν ἀνακλινοπάλην.

niſi potius exponendum eſſet ἀνακλινοπάλην, reflexionem, qua palaeſtrita reducto pectore aduerſarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribaſium, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram ſuper pauimento; pro lucta ſuper pauimento nil aliud intelligens, niſi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuerſum erat ab altera 6 collect. cap. 27.
B uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine ſignificata; qua homines in palaeſtra humi proſtrati uel ſoli, uel cum alijs circumuoluebantur; & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaeſtra pro diminuenda carne laudauit; ſi quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, ſed ſolum celeriter ſupra pauimentum nitidum aut puluere conſperſum ſeſe rotabant: unde Galenus eam inter celeres motus non ſine ratione poſuit. 6 de dieta. 2. đ tu. ua.

## *De Pugilatu, & Pancratio, & Ceſtibus.* *Cap. IX.*

PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in uſu fuiſſe, teſtati ſunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obſeruauit, continuo pugilatum luctae & cur- Prob. 5.
C ſui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originẽ accepit, ſicuti quoq. Lucr. hoc uerſu innuere uidetur.

*Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt.* Lib. 5.

Quid uero eſſet haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego ſciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam ceſtuum, & pugilatũ idem penitus exſtitiſſe uoluerunt. ex auctorum tamen ſcriptis coniectura conſequi poſſumus, in hac exercitatione homines nudos concertare conſueuiſſe, pugnisq. ſtrictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea ſphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumſepti ſeſe inuicem percutere modo caput, modo dorſum, modo brachia petentes, neque umquam ſeſe mutuo complicantes; in qua pugna ſuperabat qui uel aduerſarium pugnorum ictibus in terram proſternebat, uel grauius & damnoſius feriebat. Tyrrhenos ad tibiam πυκ

τεύειν ſolitos fuiſſe, ex ſententia Eratoſthenis refert Athenaeus 4. D
Dipnoſoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori
2. Symp. Prob. 5. inſeruijſſe, teſtatum reliquit. ego uero ita ſentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, ſed pro ſanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in uſu in gymnaſijs fuiſſe. ad quod credendum duabus potiſſimum rationibus adducor, quarum prima eſt, quod Galenus bis, uel ter ſolummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentiſſime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione habuit, ſicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginoſis pugilatum commendare uidetur: niſi (quod ego ſuſpicor) ſit Graecus contextus deprauatus. Quod ſi pugilatus medicae gymnaſticae exercitationis genus exſtitiſſet, aequum certe erat, non adeo ab omnibus ſilentio praeteriri. Altera ratio eſt, E
quod, ſi naturam pugilatus exacte ſpectemus, cum percuſsiones, & euitationes bellum gerentibus neceſſarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere adiuuet, infitiari non poſſumus; at cum ſolum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percuſsionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conſeruationi, boniq. habitus acquiſitioni conferre poſſit, non uideo: ut tuto dicendum ſit, pugilatum in gymnaſtica medica exiguum uſum habuiſſe, in militari uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores fuiſſe Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glacus Caryſtius excelluit, ut quincta & uigeſima Olympiade coronatus pyctae ideſt pugilatoris nomine per excellentiam meruerit uocari. Pugilatores iſtos pinguedini comparan- F
In Eun. act. 2. ſce. 3. dae operam dediſſe, legitur apud Terentium, quod agebant, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipſis illatas minus ſentirent: eſt enim experientia & ratione comprobatum, obeſos minus ex carnibus iniurias ſentire. Cur autem Teſprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, reſpondeat, pugilice atq. athletice, non eſt admodum difficile coniectura conſequi.
2. de alim. fac. c. 2. quod etiam Galenus ſcriptum reliquit, Luctatores potiſsimum athletas ueros eſſe uocatos, ſed paullo ante ipſius tempora etiam eodem nomine appellatos fuiſſe pugiles, & pancratiaſtes. qua de re fieri poteſt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuerſi eſſent, utriq.
Plau. in Epidico. tamen robori, & corporis craſsitiei ſtuderent, & iccirco ſeruus ille merito pugilatum, & athleticam ſeparauerit, herumque ſuum robuſtum, & pingui uentre eſſe ſignificarit. Ex lucta & pugilatu

tertium

A tertium quoddam exercitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnaſtici omnes appellabant, in hoc (ut teſtatur Ariſtoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduerſarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere ſtudebant: nam pugiles ſolis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, ſed pugnis minime percutiebant; pancratiaſtae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pauſanias) aduerſarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis ſtrictis, hi digitis ſolummodo inflexis certabant. atque hoc ſignificare uoluit Galenus ubi ſcripſit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα B τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτετακόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc eſt, ſin autem unuſquiſq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime ſimilis euadet, qui ipſam in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehenſandis aduerſarijs, cui maxime ſtudebāt pancratiaſtae, ut nomen quoque ſignificare uidetur, ualde accommodata erat; his de cauſſis exercitatio haec παμμάχιον uocata eſt quandoque, ſicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, ſub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus ſua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres ſolummodo poſt nubilem aetatem pan C cratio exerceri conſulit. de Pancratij ſpecie quapiam loquebatur mea ſententia Galenus, quando in commentarijs ſuper libellum de ſalubri diaeta dixit, gymnaſtas fere quos impinguare uolebant conſtituiſſe, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut ſcilicet iungerentur, & toto corpore certarent, ſed nudi, ac ſine complexu. Hanc exercitationem ex his fuiſſe, quae in gymnaſijs peragebantur, perſpicue ſignificauit Propertius, ubi palaeſtrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

*Et patitur duro uulnera pancratio.*

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in ſanitatis uſum ueniſſe, quoniam, ſi pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta conſtans ſanitati multum ex uſu eſſe potuiſſe credendum

Cap. 5.
lib. 5. elia.
1. de motu muſcul.

dendum eſt. quod ſi Galenus aliquando ſcripſit ſe plurimos Pancratio ſanitati reſtituiſſe, aut in ipſa conſeruaſſe, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuſcemodi ſolis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendum ſit, Pancratium in gymnaſtica medicinae locum aliquē praecipuum habuiſſe; quamuis ſecus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus uſque adeo Pancratiaſtarum ſpectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recuſarēt, qualis fuit Phrynon Athenienſium dux Pancratiaſtes clariſsimus, quem Pittacus Mityleneus ſingulari contendens certamine reſte ſub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo ſuperauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis digniſsimo ſtatua erecta fuit. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedam ſpecies erat certamen illud, quod ceſtibus peragebatur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erant lora quaedam punctis interſtincta, quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & craſſitie, uerum etiam ſoliditate ceſtibus certantes ſeipſos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuerſos fuiſſe a pugilibus proprie uocatis, nempe qui ſolis manibus in pugnos coniunctis inter ſe dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari ſcio, ut apud M. Tullium 2. Tuſculanarum quaeſtionum lib. Ceſtiphoros in gymnaſijs quoque exerceri ſolitos teſtatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaeſtris Spartanorum puellas etiam cum ceſtibus exerceri conſueuiſſe, in hunc modum ſcribit.

2 de tu. ua. cap. ulti.

D E F

*Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris.*

Quod uero huiuſcemodi certamen potius athletae, quam ſanitatis ſtudioſi exercerent, ex ijs, quae ſupra de pugilatu ſcripſimus, facile cognoſci poteſt: quandoquidem tanto deterius percuſſiones ceſtibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expanſis manibus. quare non eſt credibile ſanitatis ſtudioſos hoc exercitationis genus adamaſſe, & qui ſe uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisq. exponeret, ſanitati admodum conſuluiſſe: ſicut ex aduerſo athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere poſſumus, tum quia maxima populum huiuſcemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & ſacrificijs comparabant. Ceſtibus enim clarum fuiſſe Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce

A luce occiſum, ſcripſit Valerius Flaccus 4. Argon.

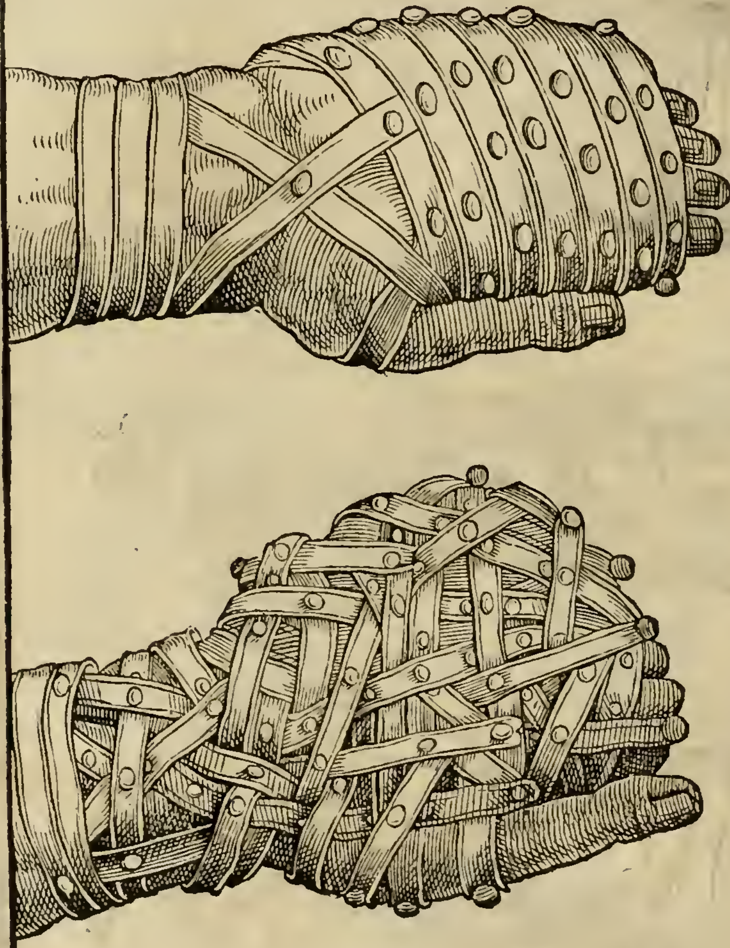
*Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem*
*Stratum Bebrycys Amycum ſuſpexit arenis.*

ſimiliter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, 5. Aneid.
ac Ammonem ceſtibus ualuiſſe ſcripſerunt. itaque inter pugila- 5. metam.
tum, Pancratium, & ceſtus, unum Pancratium in medicina gymnaſtica frequentius, ceteros duos rarius uſurpatos eſſe iam liquet. Pugilum autem, qui ceſtibus certabant, nec non ceſtuum ipſorum uarias picturas hic damus, ut ipſas uel ex ſepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum ſculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritiſſimus.


PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS



## A *De Curſu.* *Cap. X.*

INter cetera, quae ob uitae conſeruationem animalibus a natura tributa fuerunt, currendi poteſtatem praecipuã eſſe, omnes, qui eorum ſtatum conſiderare uolent, ſine labore intelligent, ſi quidem cetera quaeque, quibus ſe ipſa tuentur, uel non ſtatim connaſcuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab inſidiantibus aliqua ex parte laedantur; at curſus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab inſidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laeſionem ea ſuſtinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendum eſſet, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; niſi & ipſe, cui crura ambulationis, & curſus gratia B a natura in eam figuram fabricata Ariſtoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam cuſtodia parentum, ſub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conſeruãdam, uerum etiam ad eam iucunde ſimul, atque ſane traducendam uel ſolus, uel omnium animalium maxime uti nouit, ſicuti in curſu uidere poſſumus, qui cum uitae dumtaxat conſeruandae cauſſa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad ſanitatem conſequendam uti non aegre tulit. Quis neſcit, maiores noſtros inter alias exercitationes ad ſpectacula, ad militares exercitationes, ad ſanos habitus acquirendos inſtitutas curſum quoque habuiſſe? cui locum peculiarem in gymnaſijs aſſignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipſorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri poſſet, atque etiam quandoq. C in loco, ubi altus puluis ſtratus erat, ſi credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad curſum, etſi nomen innuat, ſed ad deambulationis uſum inſtitutas ſcimus ex ſuperioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraeſentabant, uſque adeo currendi uim interdum aeſtimabant, ut (quod refert Plinius) lienem ſibi ipſis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, ſicuti ſolet, impediret. Huiuſce curſus certamen, ſicut & luctae, primos Eleos ſine ullo ueteris memoriae exẽplo inſtituiſſe, auctor eſt Pauſanias: apud quem ſimiliter legitur, Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia propoſuiſſe; nec non currendi morem Nemiacis, & Iſthmicis intermiſſum ab Hadriano reſtitutum eſſe. Ex quo loco ſcire poſſumus & ſeruos, & ingenuos antiquitus in curſus certaminibus contendiſſe: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi aĩal. greſ. li. 15. d' uſu partium.

In dialogo de gymnaſijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

H ij quam

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe, quod diceret, ingenuum nō D
8. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bel-
licas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros,
& iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque
tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in
ſtadio ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis
ſententiam ſecutus Vegetius in commentario de militari exercita-
tione ſcriptum reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari
diſciplinae incumbunt, aſſuefaciendos eſſe, ut maiore impetu in
hoſtem currant: ut loca opportuna celeriter, cum uſu uenerit, occu
pent, uel aduerſarijs idem facere uolentibus praeoccupēt, ut ad ex-
plorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius
terga comprehendant. Refert Salluſtius de Magni Pompeij exerci
tatione eum cum agilibus, ſaltu; cū uelocibus, curſu; cum ualidis, E
uecte certaſſe, neque aliter Sertorio aequandū umquam fuiſſe, ni-
ſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequentibus exercitijs ad bella
praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bel
lica maximi momēti fuiſſe, & quemadmodum athleticū quattuor
praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadium de quo D. Paullus loqueba-
tur, quando dixit, currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam
certare; dolicum, diaulum, & armatum, in quorum poſtremo bis
lib. 1. c. 9. Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias, unde ςαδιοδρόμοι, δολιχο-
δρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμι dicti ſunt, horum exercitato-
res. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. li-
bro non oſcitanter uidit intelligere facile poteſt, curſum inter ex-
ercitationes ſanitati ac bono corporum habitui conferentes non
lib. Epo. 8.27. exiguam partem habuiſſe: quando etiam Seneca inter exercitatio- F
nes corporis, quarum rationem habendam cenſuit, primum lo-
cum curſui dedit. Huius tres tantum ſpecies effeciſſe Antyllum re-
perio, alteram in anteriora currendi, alteram in poſteriora, alterā
1. de tu ua. cap. 10. in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum
reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Graecis continuatum
diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorum duplicis
ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterum uero definiunt fere omnes
fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant. Itaq.
ſtadium erat curſus unius tātum ſtadij, dolichus duplex uno curſu
ſtadium, diaulus duplex, & ipſe ſtadium, ſed reflexo curſu. ut fieri
poſſe credam peryſtilij interioris ambitum, quem diaulum, ob
duorum ſtadiorum menſuram uocatum tradit Vitruuius, huiuſce-
modi curſui inſeruiſſe. Quapropter falſum illud eſſe deprehendi-
tur,

A tur, quod apud Suidam legitur, ſtadiodromos longiorem tractum metiri curſu dolichodromis, cum huius contrarium manifeſto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

*Φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μούσας*
*Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.*
*Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ*
*Ὀξὺς ἐλαυνόμενος πνεύματός ἐστι τόνος.*

Idem ex prouerbio *μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον* a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo ſignificatur, in re minori nõ eſſe quaerẽdã maiorem. Ad haec habuit curſus multas ſpecies a locorum uarietate deſumptas, quoniam ſi quando extra gymnaſia curſitabãt, prout neceſſitas, cõmoditasue poſtulabãt, aut per plana loca, aut per aſpera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes curſum agebant. Neque hic mirari debet quiſ-
B quam, quod ualetudini ſtudentes extra gymnaſia quoq. currerent; propterea quod loca ſimilia cum haud quaquã omnes formas exercitationibus quibuſuis aptas habere poſſent, cogebantur interdũ homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnaſia ꝓdire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exſtat Ariſtotelis ſententia, quod currẽtes nudi ueſtitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aſpiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & ſilentia tenent. 2. partic. prob. 30. & partic. 38. 5.

*De Saltu.* *Cap. XI.*

CVRSVI ſaltus, *ἅλμα* a Graecis gymnaſticis uocatus, nõ parum aſſimilatur, nempe qui, ſicut curſus eſt continuatus ſaltus, ita ipſe ſit interciſus curſus; hunc a' ſaltatione,
C de qua ſuperius ſermonem habuimus, lõge differre, nullus ambigit, cum opus alterius *ὀρχεῖσθαι*, alterius *ἅλλεσθαι*, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicã exercitationem effatu dignum, aut non ſaltem neceſſarium, aut non admodum crebrum uſum exſtitiſſe, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullã prorſus de illo mentionem fecerit ſed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, ubi ſcribit iuuenes, qui militiae operã nauant, ad ſaltũ praecipue exercendos eſſe, quo uel foſſae tranſiliuntur, uel impediens aliqua altitudo ſuperatur, ut, cũ eiuſmodi difficultates euenerint, poſſint ſine labore tranſire. In athletica uero facultate ſaltũ locũ habuiſſe, praeter Pin- lib. 1. de re mili. c. 9.

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, ſaltum D
primum hoc uerſiculo fecerunt.

*ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος ἠδὲ πάλη,*

ideſt,

*Saltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus,*

teſtat̃ abunde Ariſtoteles, q̃ in libro de cõmuni aĩaliũ greſſu ſcriptũ reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam non comprehenſis, quod item poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnaſticam medicinae ſaltu nec ipſam caruiſſe, ſatis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaeſtrarũ exercitationes ſaepius recenſuit: ſed Antyllus penes Oribaſium diligẽtius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, ubi hanc ſententiam habuit: quod exſilire, E
& ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδᾶν, ſiue exſilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quãdo ſcilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, ſaltus ſiue ἅλμα eſt motus ferme continuus in ſublime, uel tamquam medium, uel tamquam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti oſtendimus. has ſaltus ſpecies Senecam intellexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltum commẽdabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui ſaliaris, aut fulonius dicebatur. Exſilitione olim utebãtur Lacenae mulieres ad nates ſaltando, quae retroflexis cruribus ita ſaltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utriſque uno & eodem tempore. Has mulieres F
poſtmodum aereis ſtatuis repraeſentaſſe Callimacum ſtatuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nũcupatum, auctor eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnaſijs duplici modo uſurpatum inuenio; altero, quando ſaltãtes uacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant: de quo uerba faciẽs Ariſtoteles ſcripſit, arduum & difficile eſſe, ſaltu continentem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae gratia ſeſſores ſuſtinere, nec progredi ſinere ſolent, & qui ita ſeſe mouentes cito laſſantur, & fatigationem ſentiunt; altero, quando manibus ponduſcula capiebant, ut illis firmati uehementius ſaltarent, quae ponduſcula tametſi ab Ariſtotele, & Theophraſto ἁλτῆρας nuncupari ſciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus exſtitiſſe, inferius demonſtrabo. Interim lapſum Cornarij adnotare placet,

Lib. 2. Epiſt. 15

Lib. 34. cap. 8.

Lib. de cõi aĩal greſſu

in libro περὶ κόπων.

A placet,qui in commentarijs in ſecundum Galeni de compoſit.me-
dicament.ſec.loc.librum,huiuſce rei ignarus, damnādum putauit
Budaeum,qui dixerit,certantes ſaltu halteribus uſos eſſe;nam ut il-
li fortaſſe donem,quae ait de halterum, & halćterum diuerſitate;
nihilominus Ariſtoteles v.problem.viij.& Theophraſtus libro de
laſſit.aiunt,(quod ipſe negat)Quinquertiones, & alios melius ſal-
tare,ſi lapidē,uel halteres manu geſtent, quam ſi brachio inani ia-
ctentur.Vnde fortaſſe & apud Galenum 2.de tuen.ualetu. & apud
Artemidorum legendum non ἁλτκῆρες, & ἁλκτηρία, ſed ἁλτῆ-
ρες, & ἁλτηρία: quando ſcilicet apud nullum alium auctorem hāc
uocem ἁλκτῆρες uſurpatam inuenire mihi contigit. Quomodo
uero ſaltatio iſta tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec
equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca conti-
B nuatis ſaltibus ſaltabant,atque tunc limitem,unde principium ſal-
tandi capiebant, βατῆρα appellatum,& menſuram κανόνα dictum
habebant,quemadmodum quoque & terminum,quem attingere,
magnam,praeterire,maximam laudem fuiſſe ueriſimile eſt,τὰ ἐσ-
καμμένα uocatum,unde factum eſt adagium in eos,qui metam trā
ſiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in al
tum ſaltabant,aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem
laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum ſimpli-
citer adſcendere,quam deſcendere continuo laborioſius praedica-
uerint Ariſtoteles,& Theophraſtus. Neque ſolum manibus pon-
duſcula ſaltantes,ut melius exercerentur, habuiſſe inuenio, immo
uero & grauiora pondera interdum ſupra caput,nonnunquam ſu-
pra humeros,aliquando in pedibus geſtabant: quemadmodum ui-
C dere eſt ex hac uetuſtae tabulae pictura, in qua ſaltantes appoſitiſ-
ſime repraeſentantur:quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio
accepimus.




An ea pódera dũtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciẽdã inſeruirent, ita exiſtimo, ijs, q grã ualetudinis exercebant, hũc finẽ habuiſſe. At alijs ad gloriã quãdã inanẽ potius tẽdebãt, qđ. ſ. q maioribus póderibus oneratilõgius, & altius ſaltarẽt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarẽ-

A tur. Erãt quoque q ſupra utres oleo unctos & uino plenos pedibus ſal- 5. partic. Prob.
tarẽt; inter quos uictores ij cẽſebant, q ita ſeſe dextere gerebant, ut prae Li. de laſſ.
lubricitate humi nõ caderẽt. atq. hi ꝑ uictoriae pmio utrẽ cũ uino fere
bãt: q uero terrã natibus ꝑcutiebãt, nõ ſine magna uoluptate ſpectato-
ribus riſum mouebãt. Id autẽ antiqtus obſeruatũ in ludis Baccho dica-
tis, quos ἀσκώλια uocabãt, ꝓdit, in qbus utres caprinis pellibus cõflati
ſaltibus calcabant in caprarũ cõtẽptũ, q̃ adeo uitibus infeſtae credũtur.
De hoc Ariſtophanes in Plato: ἀσκωλία ζ' ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἴθρ(ε)ίαν. i.
hic ſub dio ſupra utrẽ ſalta, & Eubulus apud Ariſtophanis interpretẽ:
κ̀ πρόσγε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, καὶ καγχάζετε
ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν. i. Quare utrẽ in medio collocãtes ſupra ipſum ſal-
tate, & eos qui humi ceciderint, cachinno proſequimini. De his etiam
Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.*

B *Mollibus in pratis unctos ſaliere per utres*

Sed illud nõ ignorãdũ, qđ ſcriptũ eſt apud Iul. Poll. ἀσκολιάζειν, tã de
his, q̃ de uno ſubleuato pede, altero ſolo ſaltãtib⁹, dictũ eẽ apđ ueteres.

*De Diſco & halteribus.* *Cap. XII.*

Diſci iactũ inter exercitationes gymnaſiorũ haudquaq̃ infi-
mũ locũ habuiſſe, nõ modo Gale. clariſſimis uerbis affirma- 2. đ tu ua.
uit, Propert. ꝓdixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtiſſima quadã hi- Libro 3.
ſtoria apte inſinuare uiſus eſt, apud quẽ legit, qđ cũ Apatu- lib. 7. c. 5.
rius Alabãdeus Trallibus ſcenã excellẽtiſſime finxiſſet, adſpectusq. eius
ꝓpter aſperitatẽ eblãdiret oĩum uiſus, & iã id opus ꝓbare fuiſſent para-
ti, tũ Licinius Mathematicus ꝓdijt, & ait Alabãdeos ſatis acutos ad oẽs
res ciuiles haberi, ſed ꝓpter nõ magnũ uitiũ indecentiae inſipiẽtes eos
eſſe iudicatos, qđ in gymnaſio eorũ, q̃ ſunt ſtatue oẽs, ſunt cauſſas agẽ-
C tes, in foro autẽ diſcos tenẽtes, aut currẽtes, ſeu pila ludẽtes: notauit. n.
mathematicus quod, ſicuti ſtatuae cauſſas agẽtes fori ſunt ꝓpriae, ita di
ſcũ tenẽtes gymnaſij, & ob id indecẽtẽ inter locorũ ꝓprietates ſtatũ ſi-
gnorũ publicae ciuitati uitiũ exiſtimationis adieciſſe dixit. Erat itaque
antiqs illis diſcus gymnaſij exercitatio, quã an bellicae peritiae ſtudioſi
inter ceteras exercerẽt, nõ admodũ mihi cõſtat, niſi Plato inter iacula-
tiones illas uarias, quas magnoꝑe futuris optimis militibus cõmendat,
diſci quoq. iaculationẽ ſubintelligi uoluerit, quemadmodũ Homerus
quoq. 2. Ilia. ſignificauit, ubi finxit Achillẽ Agamẽnoni iratũ Myrmi-
donas ſuos a pugnãdo remouiſſe, atq. illos ipſos ne torqeſcerẽt in ma-
ris littore ſeſe diſcis, atq. iaculis, tãquã militibus aptis, exercuiſſe: quaſi
ſi nõ laedẽdis hoſtibus, ſaltẽ uariae agilitati ipſorũ cõparãdae hmõi ex
ercitatio accõmodata eẽt. Athletas uero in eo ſe exercuiſſe, nec nõ ĩ pu
blicis certaminib⁹ cõtẽdiſſe, manifeſtũ facere põt cõis auctorũ ſnĩa, qui
inter athletarum certamina diſcum omnes uno ore adnumerant, &
praeter hos pictura, quam hic damus.




ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotũdum, quod aliquando adeo graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari poſſet: ueluti a D. Hieronymo de ſe ipſo ſcriptum eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſim, nunquid in gymnaſio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui ſcuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidiſſet, qui grauis, & comprehenſu dificilis erat, eum manu ſurſum extortum in aerem aliquos iaculari conſueuiſſe, ſubiungit: Aliquando etiam inuenio, inſtrumentum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quod ab Alexandro in ij. problem. (ſiue is Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus, quod magis ſuſpicor, exſtiterit) ſolis corpus δίσκος uocetur. Vocatus ſimiliter fuit diſcus quadra rotunda, qua epulae in menſis ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati ſunt, qui quadris ferendis deſtinãtur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe. Poſtremo diſcum inſtrumenti, de quo nos loquimur, genus deſignaſſe reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita ꝓditum inuenio. Interpres Homeri Euſtachius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, ideſt, *ludebant diſcis*,

inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐῤῥίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde ſecundum huius ſententiã patere poteſt, diſcum fuiſſe lapidem grauem, quem exercentes ſe proijciebant, &, cum ferreus erat, maſſam uocabant. Huic atteſtari uiſus eſt Martialis his uerſibus.

*Splendida cum uolitant Spartani pondera diſci,*
*Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.*

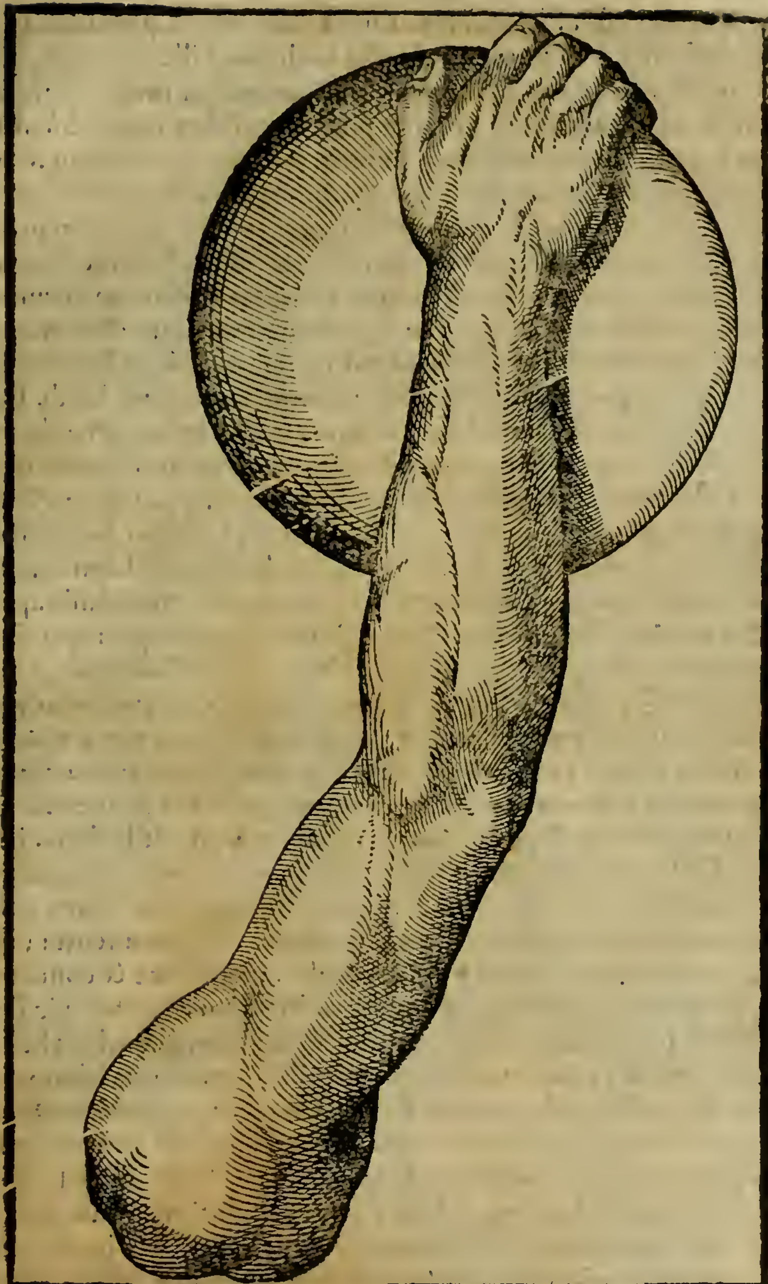
Alij, quibus ego aſſentior, crediderũt diſcum fuiſſe laminã quãdã triũ
C uel quatuor digitorũ craſſitudine, lõgiorẽ paullo plus pede, alias lapideã, alias ferreã, (aeneã quoque ex ſepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria poſito ſe uidiſſe, teſtatus eſt nobis peritiſſimus Ligorius) cuiuſmodi maiorẽ partẽ, ne, dũ ex alto rueret, frãgerentur, fuiſſe puto, planã quaſi lẽtis ſpeciẽ referentẽ, quã in aerẽ ꝓijciebãt, ſed modo a iaculorum miſſione diuerſo, ſi quidem in mittendis iaculis brachia pãdebãt, mox prorſum impellebãt contra in diſco manu ad pectus adducta, atque extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar illũ in aerẽ eiaculabãtur, ut ꝓbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

*Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat.*

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilẽ habuerit, praeter Dioſcoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expreſſa hic comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioãnis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſſa poſitum uidere licet.



qđ itẽ oſtẽdit alterius diſcoboli brachiũ Lapideum hodie in magni Tu ſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatũ, ex quibus ſimiliter diſcũ eiaculãdi modũ intelligere licet, ut prudẽter nos monuit doctiſſimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamentũ, q̄ brachij figurã ad nos miſit.



Harum ſtatuarum ſimiles alias duas diſcobolorum fuiſſe uerisimile eſt, quarum unam ex aere Myronem praeclariſſimum ſtatuarium finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriſcum pictorem illuſtrem excel-

lentes

lenter pinxiſſe, refert Plinius. Hanc formā diſci una cū praedictis teſti- D monijs ſi uidiſſet, ac mature examinaſſet Gulielmus ille Choulus, nūquā certe affirmare auſus eſſet, diſcum pilā rotundā in medio perforatam fuiſſe; niſi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculātā praeter Latinae linguae uſum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̄ in Marci Aurelij Imp. nummis quibuſdam Apolloniae Illyrij excuſſis, quorum exemplar ſupra poſitū eſt, huiuſmodi Diſcobolorū luſus repraeſentatur, in quo diſcum quadram quandā orbiculatā, & in medio perforatam fuiſſe apparet. Vt hinc conijciam, non unā diſcorum formam exſtitiſſe, qua ſiue in ſacrificijs, ſiue in gymnaſijs uteretur. illud attamē praetereundū non eſt, in diſco iaculando artem quādā, ut Pindari interpres oſtendit, neceſſariam exſtitiſſe; alioqui iaculatores laude fruſtrati deridebantur, & ſaepe damna inſignia ſpectatoribus afferebant, quod a Phoebo actum fuit, quem diſco Hyacinthum interfeciſſe fabu- E lantur. Diſco ſimile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatū, qđ in palaeſtra actitari ſolitū ſcribit Galenus. hoc ab halteribus ſupra nominatis, quos ſaltatores, ut uehementius ſaltarent, manibus cōprehēdere cōſueuiſſe, demonſtrauimus, diuerſum fuiſſe aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribaſiū ita ſcripta reperiūtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ᾽ ἔστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ σύννευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρὰ καμπτόντων τῶν γυμναζομένων. ideſt, in capite de Halteris iaculatione. Differentia autē eſt halterum ipſorum. aut enim proijciuntur F manibus extenſis & uiciſſim inflexis, aut in manuū protenſione, quae quieſcunt, & ut plurimū breui motu mouētur, ſolū continentur; ipſi uero, qui exercebantur, non ſecus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui ſe exercebant, ſecūdum dorſi aſſenſum manibus uiciſſim ſe flectebāt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiuſcemodi ex eadem materia, atque eadē forma, qua ſaltatorūm pōdera eſſe poſſent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo manibus, ut ſaltatores, tenerentur; uerum etiā uarijs modis emitterentur, perinde ac temporibus noſtris apud multos in uſu habetˀ, qui ſeſe exercent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plūbeū manibus, ac brachijs extenſis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Arataeus, auctor nō minus ꝓbatus, quā antiquus; ubi in dolore capitis τῶν ἁλτήρων βολὴν commendauit. Et ut poſſit certior formae huiuſce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteriſtarū imagines, quas ex gemmis antiqs ſculptis acceptas ad nos miſit Phrryus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occaſionem aliquã- D
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἀλτῆρος ἀλητῆρα non pa-
rum differre: quandoquidem ἀλτὴρ exercitationis genus iam a no-
bis deſcriptum, nec non pondera a ſaltatoribus manibus apprehen-
di ſolita ſignificat, ἀλτῆρα uero genus fuiſſe orcheſticae, ſiue ſalta-
tionis apud Sycionios uſitatum refert Athenaeus. quo nomine Itha-
cenſes quoque unam exercebant, quam non ſine Vlyſſis fortuna at-
que aerumnis conſtitiſſe arbitror; ſi quidem ἀλητὴρ ex Homeri uer-
ſibus, ex Hippocratis uſu, atque Galeni interpretatione mendicum
atq. erroneum ſignificat. Quales porro fuerint huiuſmodi halte-
res, nihil aliud explicatum reperio, niſi id quod Pauſanias in. v. Elia-
corum ſcripſit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέσχοντο σχῆ-
μα τοιόνδε κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφε- E
ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέ-
ναι, καθάπερ διὰ ὀχάνων ἀσπίδος. ideſt, Hi autem halteres circuli ob-
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactiſſimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum eſt figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei anſam immittantur: a quo paullo diuer-
Li. 4. chro. ſius ſenſiſſe uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos anti-
cap. 2. quos, ubi ſcribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaeſtritae halteras ap-
pellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuſo, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuiſſe maſſulas quaſdam, ſiue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea ſententia nedum ſo-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipſis circumfuſis, de- F
inde interproijciẽdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hiſce temporibus multi, qui ſic aut rotulas ferreas, aut caſeos, aut
quid aliud ſimile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipſum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus ſcribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλ-
λομένων, nil aliud animo concepiſſe, niſi quod illae tum lapidibus
a manibus, tum a fundis emiſſis inter ſe certare deberent. nam &
ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere conſueuiſſe indicauimus; unde ſub nomine lapidis a manibus
e miſſi ἁλτῆρα Platonem intellexiſſe non eſt prorſus rationi diſſen-
taneum: ueluti certum eſt, fundam ab halteribus diuerſam funicu-
lum

A lum quendam fuiſſe, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum anſula ne exiret, altero ſine ut dimitti poſſet, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimiſſo uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de cauſſis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum aſperorum attrectatione nocumentum accederet; altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proiicerentur. unde Dauidem ad proſternendum Goliatem funda uti uoluiſſe exiſtimo, quoniam aduerſus robuſtiſsimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus eſſe cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium inſularum populos uſq. adeo celebra- lib.7.c.56.
B batur, ut matres filios ſuos alijs auibus ueſci non paterentur, niſi quas funda ſibiipſis comparaſſent.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uerſu appellauit.

*Stuppea torquentur balearis uerbera fundae.* 1. Georg.

& Statius libro primo.

*Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;*

Ouidius lib. ij. Metamorph.

*Non ſecus exarſit, quam cum balearica plumbum*
*Funda iacit: uolat illud, & incandeſcit eundo.*

Quod uero bellica gymnaſtica huiuſmodi exercitationem in uſu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unuſquiſque cognoſcere poteſt.

C

## *De Iaculatione.* *Cap. XIII.*

QVAMVIS τῆς πάσις ῥίψεως ſiue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem ſiue lapidis, ſiue iaculi, ſiue alicuius alterius proiectionem noſſe ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius ſpecies effeciſſe 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aeſculapium praeſides exſtitiſſe tradit Galenus; nos primam ſagittationem, ſecundam iaculationem cunctos fere Latinos ſecuti nuncupabimus. ſagittationem tribus praecipuis modis fieri ſolitam inuenio, tum ſolis amentis, de quibus Silius lib. 14. 7. de leg.

*haſta iuuatur amento:*

tum arcubus, tum baliſtis, quibus ſagittas ſubtiles, exſilesq. inſigen-

tes,ac primo tendentes,deinde remittentes illas eiaculabantur: atque hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur; unde uenenum quoddam τοξικὸν nominari ſcribit Paullus Ægineta medicus, quod Barbari ſagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo ſine amento,arcu, baliſtaue efficiebatur, uerum etiam grandiores ſagittas, craſſioresq. uirgas, & plerumq. graues palos requirebat;quinimmo ſagittarij ſolis brachijs ſe ſe mouebant, ἀκοντίζοντες autem ſiue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorſum necnon ſemora pedibus immotis flectebant,agitabantq. quemadmodum temporibus noſtris, quos pali iaculatores appellant, ſactitare conſpicimus: utriq. tamen in huiuſcemodi exercitationibus obeundis non paucis uiribus indigebant,unde non ſine ratione Hippocrates,multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, neq. telum contorquere potuiſſe memoriae mandauit. Habebant uero, qui ſic exercebantur,terminos, & ſcopos ſibi propoſitos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quiſq. conabatur.quod explicauit Horatius hoc uerſu.

li. de aere, aquis,& locis.

*Saepe diſco,*
*Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.*

Lib 1. car. ode.8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod baliſta fuit tormenti quoq. genus,quo ſecundum Vegetium lapides, & ſagittae eiaculabantur; & quod ſimiliter ſagittas catapultis, & ſcorpionibus antiquos eijcere conſueſſe ſcripſit Vitruuius,de quibus tractare ad inſtitutum noſtrum minime pertinet: quas uero nos ſagittationes,& iaculationes tractamus,illae ſunt,quas gymnaſtica facultas tamquam proprias ſibi exercitationes complectitur.Quod.n.medicinae gymnaſtica iaculationes, atq. ſagittationes pro ſanitatis adminiculis in uſu habuerit,(licet apud auctores raro ſcriptum inueniatur)inde tamen conijcere poſſumus,quod antiqui,referente Galeno,eoſdem medicinae & ſagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atque Æſculapium effecerunt. At iaculationis utriuſq. tam cum arcu quam ſine,praecipuum in bellica gymnaſtica uſum apud priſcos fuiſſe,locupletiſsimum teſtem Platonem habemus,qui mulieres,& uiros futuros bellis aptos hiſce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere ſolitas ſciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & ſagittas eiaculari conſueuiſſe, ſcriptum reliquit; ut ſileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, ſeſe iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

li. de remi lit.
Li. 10. c.15.
Gal. in ſua ad.bo.ar.
Loco citato.

iacu-

A iaculandi, & ſagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruiſſe, Hercules illius auctor fidem facere poteſt, quem ſagittādi peritiſſimum ea facultate centaurum Neſſum quamuis remotum, & ceruam aeripidem tranſfixiſſe, harpyiasq. uolucres in medio aere confeciſſe, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuerſae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis ſpectaculis, ac ludis athletae modo ſagittis, modo alijs armis interimebant, clariſſimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuiſſe, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illuſtres uiros, atq. etiam imperatores ipſos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Fauſtinae Pij & prioris Fauſtinae filiae, &
B Marci principis filius; necnon Domitianus, quorum hunc centenás uarij generis feras in Albano ſeceſſu ſagittis plerumque multis uidentibus confodiſſe, ſcribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras ſtrauiſſe tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui ſimiliter ſcribit adeo illi certam manum fuiſſe, ut, quidquid oculo deſtinaſſet, iaculo & ſagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnaſtica locum habuiſſe, compertum eſt; cuius quidem iaculationes duo potiſſimum inſtrumenta fuiſſe, diximus, arcum, & ſagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Perſeu Perſei filium inueniſſe dicunt. Iam uero ſagittarum multas ſpecies fecimus, alias ſubtiles & exſiles, quae arcubus, & baliſtis eiaculabantur, quasq. plumbatas fuiſſe exiſtimo: quamplurimorum, & praeſertim
C Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & ſaxis grandinat, niuit: necnon Ariſtotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo ſcripſit, ſagittas per aerem latas ipſum ignire, atque ipſum ita ignitum plumbum poſtmodum quod in eis continetur liquefacere: alias craſsiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc craſsiores & grauiores, palos noſtri uocant.

Libro. 1.

Plinius lib. 7. c. 56

*Explicit Liber Secundus.*

# ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. TERTIVS

*De agendis, & de ratione praeſentis tractationis. Cap. I.*

MVLTAS exercitationum ſpecies ab antiquis in uſu habitas ſuperiori libro, qua potuimus perſpicuitate, enarrauimus; multae adhuc reſtant non minus fortaſſe ſcitu dignae, quam illae; quarum major pars tametſi haudquaquam in gymnaſijs praecipue perageretur, neq. item ad ſaltatoriam pertineret, in quam, & palaeſtricam uiſi ſumus ſuperiori libro uniuerſam gymnaſticam diſtribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam ſi non proprie, ſaltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnaſtica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum ſtudium noſtrum in hoc praecipue uerſetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae ſunt, de hisq. ſingulis gymnaſticam conſiderare ſtatuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter inſtitutum noſtrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnaſtica ſola ſermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiſcuerimus, atque adhuc in ſequentibus idem facturi ſimus: propterea quod primum atque praecipuum conſilium nobis fuit de medicinae gymnaſtica uerba facere. at poſtea tribus de cauſſis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perſpecta foret, tum ut, quae confuſe de ſingulis ſimul, uel indiſtincte ſaltem ab auctoribus tã Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex diſtinctionibus noſtris perfecte diſcerni poſſent, neque ulla lectoribus errandi occaſio relinqueretur, tum quia eaedem exercitationes ab athletis, a militiae ſtudioſis, & denique a ſanitatis profeſſoribus uſitatae reperiuntur. quod ſi de medicinae dumtaxat gymnaſtica ſermonem habuiſſemus, neceſſario paene ſecuturum erat, ut uel hanc unam exſtitiſſe crederent lectores, uel ſaltem alias ab hac una & normas, & originem ſuſcepiſſe. quod quantos in auctoribus legendis errores peperiſſet,

E F

riſſet,

A riſſet, nemo uel mediocriter in bonis artibus uerſatus uidere non poteſt, praeterquã quod ſi quae de gymnaſtica medica ſcripſimus, quaecq. uberius in ſequentibus dicturi ſumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoſcet profecto illa minimam partem obtinuiſſe, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeſte appareat nos de gymnaſtica arte medicinae ſubiecta, & non de ulla alia tractare uoluiſſe: haec eſt enim illa, quae tametſi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae ſimul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non ſinat ita corpus prae robore, atque craſſitie inſolenter ferocire, quin animi motionibus ſecundum rationem ſeſe domandum, caſtigandum, atque dirigendum ſubijciat: id quod athleticam non effeciſſe, & iccirco ab
B omnibus recte inſtitutis rebus publicis ſummopere damnatam atque ignominioſe exploſam fuiſſe, Galenus ſaepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excuſari debeamus, ſi plura quam par aliquis iudicaſſet, de ea locuti ſumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aeſtimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuerſando athleticorum morum prauitatem cognoſcere, cognitam deteſtari, atque euitare liceret.

*De ambulatione.* *Cap. II.*

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praeſtet, ſatis aperte ſapientiſſima natura demonſtrauit, quae mirifico quodam artificio, ſingulariq., & pro-
C pe diuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, niſi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati ſumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coraceſium Pamphiliae animaduertiſſet, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honeſteq. obire ualerent, pedes illis, ſicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã ueluti neceſſariam, atque in primis commodam ſiue natura, ſiue Deus nobis tribuerunt, quanto ſtudio cuſtodienda, atque adiuuanda ſit, nullus non uidet; eo praeſertim, quod ſi ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conſeruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaecq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori uſu ſint, una profecto exſiſtit deambulatio, quam non

3. de uſu partium

modo medici praecipuam eorum gymnaſticae partem effecerunt, uerum etiam antiqui omnes uſque adeo aeſtimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus deſtinata, & in gymnaſijs & extra loca, nullius maiorem curam gesſiſſe, nulliq. magis ſtuduiſſe uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide digniſſimos omittam) Vi-
lib.5 c.9 truuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cẽſuerit unuſquiſq. ex eius ſcriptis facile comprehendet: ego certe ante & poſt Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa ſcio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel ſubdiales loci, uel ſubterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illuſtrium uirorum domibus adiungebatur. ante bal- E
5 de tu. ua. cap. 11. nea ſimiliter fuiſſe porticus ambulationi dicatas, ſcribit Galenus; quandoq. ſolae & ſeparatae exſtruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum ueſtigia nunc admirationem ſpectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

*Tu modo Pompeia lentus ſpatiare ſub umbra.*

& Propertius libro. 2.

*Scilicet umbroſis ſordet Pompeia columnis,*
*Porticus aulaeis nobilis Attalicis* & lib. 4.
*Tu neq. Pompeia ſpatiabere cultus in umbra,*
*Nec cum laſciuum ſternet arena forum.* & Martial. li. 11.
*Cur nec Pompeia lentus ſpatiatur in umbra.*

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuiſſe, quemadmodum & F quamplures alias in id conſtructas eſſe, apud Ciceronem tertio de oratore libro diſputatur. Quod porro ſubdiales quoq. locos ad deambulãtium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores noſtri exſtruerent, atque illos modo arboribus conſererent, modo nudos relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnaſijs, & extra gymnaſia quomodo fieri deberent, copioſiſſime edocuit, argumẽto quoq. ſunt xyſta illa a nobis ſuperius declarata, & praecipue deambulatorium illud Athenienſium in Academia, quod pulcherrimis platanis conſitum ad id fuiſſe ſcribit Plinius, & ad cuius imita-
l. 12. c. 1. tionem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in ſuis aluiſſe exiſtimo. Subterraneos uero locos quoſdam ambulationibus deſtinatos fuiſſe, quos ob id hypogaeos Hegeſippus, & Petronius uocarint, haud uero diſsimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri poteſt, ut una

cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati ſint ad uitandas aeſti-
ui caloris moleſtias. niſi eos potius credamus fuiſſe crypto porticus
undiq. parietibus tectas, icirco in eam formam fabricatas, ne am-
bulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis ho-
die Romae in uiridario Vaticano uiſitur, & quales fuiſſe illos ueri-
ſimile eſt, quos ſe inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tuſcu
lano, quam in monte Pauſilippo uidiſſe, teſtatus eſt nobis Li-
gorius: quosue Plinius ſecundus in uillae ſuae Laurentini, & Tu li. Epiſt. 2.
ſcorum deſcriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro a- & 5.
pud Nonium, Non uides in magnis periſtylis, qui cryptas domi
non habent, ſabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare
poſſint? Qui enim ambulationibus ſeſe exercebant, omnes fere ſa-
nitatis gratia illud agebant, ut neceſſario cogerentur ſecundum
B temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudi-
nis offenſionem ambulationes perficerent. Soſtratum Gnidium ar
chitectum celebratiſſimum ambulationem etiam penſilem primũ
omnium Gnidi feciſſe, refert Plinius lib. xxxvi. cap. xii. Nam
athletas ambulationibus numquam uti ſolitos ex eo credere debe-
mus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in ſacris
certaminibus, quibus omnibus inſeruiebant, umquam eos ambu-
lando contendiſſe legitur. Quod ſi locus in gymnaſijs athletarum In Oecon.
exercitationibus, & locus ambulationibus deſtinatus, quem Xeno-
phon, & Vitruuius Xyſtum uocatum ſcribunt, uicini erant, non
ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri ſolitos, ſed
alios in Xyſtis ambulare, athletas ſeorſum exerceri conſueuiſſe: niſi
dicamus athletas quoque poſt uehementes exercitationes ambu-
C laſſe, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uo-
catam eſſe, & non proprie exercitationem: quid autem apothera-
pia foret, inferius declarabimus. Militari ſimiliter peritiae ſtuden
tes ambulationem parum curaſſe credendum eſſet, poſtquam nec
Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad
iumentum effatu dignum praeſtare uidetur, niſi Vegetius edocuiſ lib. 1. de re
ſet ualde militibus futuris ex uſu eſſe, ut aſſiduo exercitio ambula- mil cap. 9.
re celeriter, & aequaliter diſcant, atque ob id ueterem conſuetudi- & penult.
nem permanſiſſe, nec non D. Auguſti, atque Hadriani conſtitutio
nibus praecautum fuiſſe, ut in menſe tam pedites, quam equites
educerentur ambulatum, & non ſolum in campis, ſed etiam in cli-
uoſis, & arduis locis deſcendere, atq. adſcendere cogerentur, quo
nulla res uel caſus pugnantibus accidere poſſet, quam non ante bo
ni milites aſſidua exercitatione didiciſſent. Habuit uero haec exerci

tatio multas ſpecies tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de- D
ſumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-
3. de uſu partium. rit Galenus ex crurum motu, ac quiete conſtare, motus ille, & per
conſequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel
tarda; aut uehemens, uel remiſſa: a loco autem uariabantur pariter
ambulationum ſpecies, quandoquidem modo in urbe fiebant, &
in gymnaſijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
In Oecon. Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iſcomachus apud Xe
nophontem, qui dum in agrum pedibus ſeruum ſuum equum du-
centem ſequeretur, meliori ſe exercitatione uti dicebat, quam ſi in
xyſto ambulaſſet; modo in locis planis, modo aſperis, modo are-
Coeli Au. li. Chron. 2. cap. 3. lib. de cauſis procat. noſis, quos pro paralyticis Aſclepiades, Eraſiſtratus, ac Themiſon
male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuibus. de quibus omnibus copioſiſſime diſſe- E
ruit Ariſt. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu
lationes, nempe quando uel ut auxilia ſanitatis, ac boni habitus ad
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. poſtquā
enim grauiores exercitationes confecerant, ne ſtatim ad quietē tā-
quam a contrario ad contrarium tranſitus fieret, ambulationes pau
cas & remiſsiores adhibebant, ſicut & poſt medicamenta, ac uomi-
tiones, atque uniuerſum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτι-
κὸν appellabant: quamquam etiam gymnaſtae in medijs laboribus,
potiſſimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijſſent, a-
potherapia interdum utebātur, quod Galenus ſummopere laudan
3. de tu. ua. cap. 2. dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha-
betur, aliquos ad exercitandam ſitim ambulatione uſos eſſe. nam
in lege Maenia ita ſcriptum erat: Exercebam ambulando, ut ſiti ca- F
pacior ad cenam ueniret guttur.

*An Erectum ſtare ſit exercitatio.* *Cap. III.*

QVi rerum ipſarum naturas leuiter perſcrutati ſunt, ni-
hil ambulationi ipſi, motuiq. diſſimilius eſſe, quam pe-
dibus erectum ſtare iudicarunt. At quoniam profun-
dius quaerentes in hanc ſententiam eunt, erectos. ſ. pe-
dibus ſtantes ſi non ambulant, ſaltem aliquo pacto moueri, propte
reaq. ſtatum huiuſcemodi ab exercitationum cenſu excludi mini-
me debere: ideo etiam de hoc ſermonem facere decreui; eo prae-
ſertim quod multi falſis rationibus ducti hanc opinionem ita ani-
mis imbiberunt, ut pertinaciter credant, ſtantes pedibus nullo
modo

A modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exſiſtere, cui motui ſtatum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia ſtatum & motũ ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertiſſime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſſime perſuadet. Nam & multorum ueterum ſententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficaciſſimis rationibus, ac fere ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim non tam quando modo ſurſum, modo deorſum uolitant, In Soph.
B in motu eſſe cenſentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod ſic probatur; quia ſi auis quae ſtare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam niſi mortuam in terris uideri, & uiuam ſemper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto cauſſam, niſi quoniam corpus illud in ſublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo motu poſtea priuatum corpus, atq. naturae ſuae dimiſſum ad centrum declinat, ſicuti dum contra naturae ſuae inclinationem ſurſum ſuſtinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quieſcit, ſed quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum a natura acti, altero animae ſurſum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus;
C quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra ſurſum illa ſuſtinere obnitente motus quidam ſenſui immanifeſtus ſuboritur. cuius indicium illud habetur, quod ſi anima a corpore erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, ſurſum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis perſuaſum eſſe debeat, eos, qui pedibus erecti ſtant, ob cõtinuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intenſionis atque etiam ipſius occulti motus merito poſtea efficitur, ut ſtare maiorem laborem, ac laſsitudinem moleſtiorem pariat, quam ambulare, ſicuti praeclariſſime a Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neque Plato ubi inter principia rerum ſtatum perinde ac motui contrarium lib de tre. & rig.

rium

rium collocauit, uera prorſus locutus eſt, cum Ariſtoteles.5. Phyſi- D
corum libro longa oratione non ſtatum motui, ſed motum motui contrariari demonſtrauerit; niſi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac ſtatus myſtice (ut ſolet) intellexiſſe, cum ex ipſis naturas quoque diuinas conſtare aſſerat. Si igitur tot rationibus ſatis comprobatur, erectos ſtantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, conſentaneum uidetur, ut nõ ob id ſtatus ab exercitationũ ordine remouẽdus ſit, quod exercitatio definiatur eſſe motus, & ipſe minime motus appellationẽ mereatur, quinimmo ſicuti quãplures motus, qui ſanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etſi uere ac proprie exercitationes non ſint, cõmuniter tamen eſſe a nobis ſupra abunde oſtenſum fuit: ſimiliter & ſtare erectum communi notione exercitationem eſſe cenſemus. Vnde ſapientiſſimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, ſtare, & ſedere ipſis inimica eſſe ſcripſit: quaſi innuere uoluerit, dum corpus ſurſum uel ſedendo, uel ſtando detinetur, muſculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipſa in cicatricem coaleſcere minime permittat. atque hoc eſſe puto, quod a Coelio in Epilepſiae curatione ſtans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnaſtae inter alias corporũ exercitationes huiuſcemodi ſtatũ receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere uſum in ſtando haberent, niſi quando Milonis imitatores erecti ſtantes ſeſe ceteris a loco dimouendos oſtentandi roboris gratia praebebant, uel ſtatu non per ſe, ſed ob alium utebantur: ideo haudquaquam ſeipſos in hoc genere exercuiſſe mihi uериſimile redditur. Quod quaeſo certamen in ſtando ſolum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut ſpectatoribus delectationem afferret, aut ſacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut ſtadijs inſeruiret, ut horum gratia athletas ſeſe exercere, uel certare ſtantes ſolitos dicamus? ſtabant tamen qui athletas certantes ſpectabant, ſed non ob aliud niſi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus ſubſellia quiſq. ſibi ferebat, quibus ad commode, & citra moleſtiam ſpectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, iſque uſus primum M. Meſſalla & Caſſio Coſ. creuit, mox P. Scipione Naſica cenſore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mille paſſuum ſubſellia poſuiſſe, ſedentiue ludos ſpectare licitum eſſet. Quod porro traditum eſt antiquis Romanis lege cautum fuiſſe, ut adorantes ſtarent erecti, ſtantesq. Ioui ſacrificarent, quemadmo-

dum

A dum Valerius Martialis de quodam ſcribit,

*Multis dum precibus Iouem ſalutat,*
*Stans ſummos reſupinus uſque in ungues,*
*Aethon,*

Minime ad athletas in ſacris certaminibus, uel in celebrandis ſacrificijs ludere ſolitos pertinuiſſe arbitror, quin potius altiori & aequiore cauſſa illud factitatum pro certo teneo, ne ſcilicet ſedentes, ſiue iacentes in adorando, ſomno (quod intente ſpeculantibus ſaepenumero contingere conſueuit) caperentur, ſed attente ſimul, ac uigilanter diutius in adorationibus perſeuerarent: niſi dicamus, illud pariter ueteres effeciſſe ad praeſtandam Dijs ipſis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuſcemodi pro maioribus reuerentiae ſignis apud maiores noſtros habebantur, quae hodierna die ſecus re-
B putãtur, ueluti cooperto capite ſacrificari pro maxima reuerentiae ſignificatione habebatur, ut in Romanis probl ſcriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ inſinuat dicens. Quis ,,
hic eſt qui operto capite Æſculapiũ ſalutat? cum detecto capite ſem ,,
per ambularet. Haud ſecus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demõſtratione reputabant, ſicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel ſecundum Plutarchum Numa adorationes fieri ſedendo uoluit, quo ſic uota rata, firmaq. eſſe debere ſignificaretur. Vnde quod erecti ſacrificarent, nequaquam athletas in ſacrificijs ſtatu uti conſueuiſſe, argumentum eſt. Bellicae ſimiliter diſciplinae amatóres parum utilitatis in ſtando conſequi potuiſſe, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi conſentaneum uidetur: ſi quidem ſola excepta tolerantia militibus profecto
C neceſſaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta ſtatio, nuſquã uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Ariſtoteles, neque Vegetius futuros bellatores ſtando ſeſe exercere praeceperunt: tametſi Flauium Veſpaſianum patrem dicere ſolitum acceperimus imperatorem ſtantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnaſtas tam ſanos, quam ualetudinarios aliquos interdum ſtando exercuiſſe, numquam negarem; quoniam plurimos uſus tam ad conſeruandam ſanitatem, quam ad praeſtandum cruribus robur habere conſpicio: dum enim muſculi omnes contenduntur, & corporianima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio abſoluitur, honeſtius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-

tionis

tionis genus poſt ſumptos cibos in uſu eſſe potuiſſe, quandó non D
minus ad accómodandum in ſtomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, ſomnumq. prohibendum ualet, ſicuti uulgaris illa, & non penitus abſurda opinio, quod a prandio ſtandum, a cena ambulandum ſit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo, differre, quisne erectus ſub ſole ſtet, ὑπαιθρεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione ſtatus oriri demonſtrauimus; at illi qui ſub ſole perſtant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore ſolis mutantur: nimirum cum Ariſtoteles ſcripſerit, ipſos etiam uehementius incaleſcere, quam illi qui mouentur, quod ipſi ea acris perfrigeratione careant, quam iſtos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur, ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuſcemodi ſub ſole ſtatu generari cre- E
ditur. ex quo minime ſatis mirari ſoleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum ſuum Plinium alioqui in uiuendo ſolertiſſimum poſt cibum ſaepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more ſumebat, aeſtate, ſi quid otij, in ſole iacere (quod ego ſtare interpretor) conſueuiſſe; atque etiam paullo antequam ex Veſuuij concrematione interiret, ſole uſum frigidam bibiſſe. Non eſt praeterea ignorandum, erectum ſtare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodeſſe, ſententiamq. noſtram, qua poſt cibos ueteres ſtare conſueſſe iudicauimus, ita interpretandam eſſe, ut ſola haec exercitatio frequentius poſt menſas uſurpata fuerit, non quod in uſu quoque ante cibum non exſtiterit, cum quiſque apprime cognoſcere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti ſunt, ſiue ſani, ſiue ua- F
letudinarij, poſſe aliorum loco ſi non aeque bene, ſaltem paullo minus pro ſanitatis conſeruatione in ſtando ſeſe exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore ſtatu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonſtrabimus, condiciones obſeruantur.

5. partic. Prob. 34.

Epiſt. lib. 3. & 6.

## *De pugnarum generibus.* *Cap. IV.*

QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos ſcriptores multa ſignificare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, niſi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter ſe dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi-

cis

A cis certaminibus ſpectaculiſq. coronas uictoriae conſequerentur, populumq. oblectarent, uel ut optimum corporis habitum, atque ſanitatem ipſam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero efficeretur, quoniam ſatis quiſq, ex ſe conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud ſolum praetermittere nolo, apud Oribaſium duplicem pugnam in medicinae gymnaſtica exſtitiſſe: alteram cum telis ſemper, alteram plerumque ſine telis, quam *σκιαμαχίαν* Graeci, umbratilem pugnam uocarunt noſtri. telorũ pugna efficiebatur, quando ſinguli inter ſe armis rudibus, uel incindentibus, & pungentibus certabant, unde *μονομαχίας* nomen antiquitus utraq. ſortita fuit, & a Coelio Aureliano hoplomachia, hoc eſt armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam *πολυσαρκίαν* laudata fuit. At ſciamachiam fuiſſe, quando homo ad- 5. chro. pa. cap. ulti.
B uerſus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, praeter Platonẽ, qui & in Apologia, & alibi *σκιαμαχεῖν* de pugnantibus ſine aduerſario dixit, auctor eſt Oribaſius, qui ex Antylli ſententia tradit, ita certantes conſueſſe non ſolum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, uerum etiam aduerſus columnam, & aduerſus palum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non aliquando ſummis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam ſalientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potiſſimum ueteres facere conſueuiſſe opinor, quando antimachus ſiue aduerſarius deerat, ſiue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non poſſet minimum quid damni pati, quod accidere ſolet illis, qui armis quibusuis aduerſum alterum contendere ſolent. Primum enim illud innuiſſe uidetur Plato, ubi dixit: *καὶ ἔτι πάντων,* Sat. 6. 7. de leg.
C *τῶν τε ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντές ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἆρά γε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν*: hoc eſt, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nũquid nos ob eorum, qui nobiſcum exerceantur, inopiam, aduerſus noſmetipſos uere umbratili pugna certare audebimus. & poſt ipſum Plutarchus in.7. Prob. conuiuialium: *ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἵουσπερ ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα*: ideſt, Sed uideo, ait, uos iam umbratili pugna aduerſus idola certare paratos. Neque uero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnaſſe (quaſi id ridiculum ſit) affirmarim; quoniam etiam hiſce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex ſeipſis, ut exerceantur, aduerſus aerem pugnis, brachijs, armiſq. certant, uel quando aduerſarius abeſt, uel quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apoſtolus loquẽs dixit: *οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων*, ideſt, Ita pugnis certo, quaſi Prob. 10.

aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & bra D
chijs nudis huiuſcemodi exercitationem uſurpatam eſſe rationi eſt
conſentaneum. Haec itaque fuerunt duae pugnae ſpecies, quas ma
iores noſtri exercitationum loco in uſu habuiſſe reperitur: ita ut
nulla gymnaſtica exſtaret, quae inter alias exercitationes hanc non
receperit: quod enim athletica uetuſtiſſimis uſque temporibus pu
2. Prob. gnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletiſſimũ
teſtem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. ſcriptum reliquit,
antiquitus monomachiam ſcilicet, aut ſingulare certamen in Piſa
Ciuitate, & in Elide Peloponneſi regione iuxta Alphaeum fluuiũ,
circa quam quincto quolibet anno, hoc eſt, ut Pindari interpres
teſtatur, alternis olympiadibus, ſiue menſibus quadraginta octo,
aut quinquaginta certamina olympica Ioui ſacra celebrabantur,
uſq. ad mortem deuictorum cadentiumq. iugulationem procede-
re conſueuiſſe. Praeterea narrat Galenus, ſacerdotes in Pergamo E
priſcum more retinuiſſe, ut aeſtatis tempore monomachias uocatas
exercerent. quas ne quis credat ſoli Graecorũ nationi proprias exſti
tiſſe, adeundus eſt Athenaeus, qui in quarto dipnoſophiſton au-
ctoritate Nicolai Damaſceni Philoſophi peripatetici refert, Roma
nos monomachorum ſpectacula non modo in feſtis, atque amphi-
theatris, uerum etiam in conuiuijs a Tyrrhenis conſuetudinem
mutuatos adhibuiſſe; quamuis Romani non monomachos, ſed gla-
lib. 15. ca. 18. & li. 37 cap. 5. diatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caeſaris aeta-
te in foro nouiſſime pugnaſſe; quosq. pugnantes Smaragdo Nero-
nem ſpectaſſe ſcribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis abſur-
dis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus
integre dignoſci poſsint, nonnulla de ipſis breuiter exponã. Nam il
lud primum deteſtandum plane habebant, quod certantes quam F
grauius poterant, ſeſe ferire ſtudebant, & non ſolum (quod ſcrip-
ſit Scribonius Largus, qui Tiberij Caeſaris & Meſſallinae aetate me
dicinam Romae exercuit) contuſiones in luctationibus patieban-
tur, ſed etiam non raro uſq. ad alterius, uel etiam amborum pu-
gnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum,
3 de comp. me. p gen. praeter Athenaeum, atq. Plutarchum, Galenus quoque teſtatur,
qui ſe gladiatores grauiter uulneratos curaſſe, & ob id a ſuae ciuita
lib. 7. c. 3. tis pontifice in eorum medicum cooptatum fuiſſe ſcribit. Quin au
ctor eſt Gellius, gladiatori compoſito ad pugnandum pugnae hãc
propoſitam ſortem fuiſſe, aut occidere ſi occupauiſſet, aut occum-
bere, ſi ceſſaſſet. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius.
2. Tuſculanarum quaeſtionum memoriae mandauit, athletas etiã
uulne-

A uulneribus confectos ad dominos mittere ſolitos, qui quaererent, quid uellent, ſi ſatisfactum ijs eſſet, ſe uelle decumbere. nam uſque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiſcerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis ſpecies, qua monomachiae huius profeſſio notabatur, fuit ciborum genus; ſiquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, ſicut poſt Plinium Galenus, eoſdem & faba, & ptiſana ueſci ſolitos ſcriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum inſtitutum erat, in ipſo certamine ſanguine ex uulnere aduerſarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non poſt pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praeclare admodum ſic a Cypriano declamatum eſt. Paratur gladia-
B torius ludus, ut libidinem crudelium luminum ſanguis oblectet. Impletur in ſuccum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorum moles robuſta pingueſcit, ut ſaginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis poſſit occidere peritia eſt, uſus eſt, ars eſt, ſcelus non tantum geritur, ſed docetur: quid poteſt inhumanius, quid acerbius dici? diſciplina eſt, ut perimere quis poſſit, & gloria eſt, quod peremit. Quid illud, oro te, quale eſt, ubi ſe feris obijciunt, quos nemo damnauit; aetate integra, honeſta ſatis forma, ueſte pretioſa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis ſuis miſeri gloriantur, pugnant ad beſtias non crimine, ſed furore: ſpectant filios ſuos patres. Frater in cauea, & ſoror praeſto eſt, & ſpectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus ſuis mater interſit: hoc,
C proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs ſpectaculis, tamq. diris eſſe ſe non putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Chriſtianus, cuius orationem hic exſcribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem oſtendendam, nil luculentius haberi poſſit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius exiſtimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint ſiue nobiles, ſiue ignobiles, ſiue conſulares, ſiue imperatores, qui ſpectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & ſaeuitia plena libenter, atque maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiuſuis generis homines, an ignobiliſſimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde ſum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo ſuo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod

uenales

Marginal notes: lib. 17. c. 7. — Primo de alim. fac. — lib. 28. c. 1. & li. 36. c. ulti. — li. 2. epiſt. — lib. 35. c. 7.

uenales eſſent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe perſuadent ex omnium hominum ignobiliſſimo ſimul ac impuriſſimo genere ueluti ſeruis exſtitiſſe. Ex altera parte 5. de frac. cum Galenus referat, ſacerdotes monomachiam exercere ſolitos, lib. hiſt. 1. cum Athenaeus ſcribat illuſtres uiros, atq; Duces monomachiam exercuiſſe, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuiſſe, & in publicis theatris, ſpreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimpleſſe ſcribant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere conſueuiſſe, ut ciuium ſanguine ſic effuſo pugnae quadam imagine Nemeſis ſe, id eſt Fortunae uis quaedam expleret, uel ut inſueſcerent milites uulnera, atque caedes inſpectare. (Spartian' in Pupieno, & Albino.) qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Athenienſibus fuiſſe, (In Anach.) ut iuuenes cothurnicibus ſiue qualeis, ac gallis pugnantibus ſpectandis ſtudium impenderent, quo illi uolucres uſque ad extremam uirium defectionem roſtris certantes, inſtuentes, ad fortiter ſubeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingeneroſiores apparerent, inflammarentur, cuius ſtudij mentionem quoque fecit Æſchines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quaſi credere cogor, tum nobiles aliquando, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam pugnandi ſpeciem exercuiſſe: quando etiam apud Athenaeum reperio, nonnullos teſtamento cauiſſe, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum inſtar decertarent, aut qui in delicijs fuiſſent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandam eſſe. quos ſciamachiam quoque interdum, ſiue umbratilem pugnam exercuiſſe, (5. Eliacor.) inde ſatis conijcere poſſemus, quod Glaucus Caryſtius athleta ſtrenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus ſit, eique ſtatua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pauſanias narrat, tradatur: niſi certius comprobarent illud haec Dionyſij in libro de diuinis nominibus uerba: (cap. περὶ δυνάμεως.) ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἱ πολλάκις ἀσθενεῖς δ᾽ εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: id eſt, Quod ſapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui ſaepe antagoniſtas imbecillos eſſe ſupponentes, prout ipſis uidetur, necnon aduerſus eos abſentes fortiter umbratili pugna

certan-

A certantes, aduerſarios ipſos uiciſſe putant. Habuit & Athletarum gymnaſtica pugnae aduerſus palum exercitationem: cum Vegetius ſcribat, palorum uſum non tantum militibus, ſed etiam gladiatoribus plurimum profuiſſe, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declaraſſe, niſi qui diligenter ad palum fuiſſent exercitati. Ad haec bellicam gymnaſticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruiſſe, abunde demonſtratum eſt & a Platone, & ab Ariſtotele, qui in libris Politicorum ſemina quaedam huiuſce exercitationis monſtrauit, ac fortaſſe in illis perſecit, quos ab eo ſcriptos a nobis deſiderari omnes docti ſciunt. quamuis credibile eſt, dum ad perdiſcendum exercerentur, rudia tela plerumque in uſum ueniſſe. quod enim huiuſcemodi concertationes maximam ad belli peritiam utilitem praeſtarent, nemo qui hiſce temporibus eorum profeſſores ſpectauerit, negaret, quando ſimiliter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offenſione ſimul & defenſione praepoſuerit, in ipſisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuiſſe, quam Hermippus Mantinaeos inueniſſe, & Cyreneos aemulatos eſſe ſcribit, ego ferme credo: ſicuti ſimiliter exiſtimo, quam ſcrimiam uulgus dicit, eam ipſam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falſo autumarunt, eſſe, de qua locutus Plato mea ſententia uidetur, quando in Lachete ſcripſit, iuuenibus cõducere, ut armis pugnare diſcant, quoniam ſic habitus corporis robuſtus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec eſt, aut minus C laborioſa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores ſe uſque ad necem feriebant, ſed rudibus telis quaſi ſeſe petere inuicem ſimulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auerſiones ediſcebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas poſt cenam factitaſſe, Poſsidonius auctor eſt. Iam uero omnium frequentiſsime pugnam aduerſus palum exercebant, qui militarem diſciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam ſcribit Vegetius, quod a ſingulis tyronibus ſinguli pali defigebantur in terram, ita ut micare non poſſent, & ſex pedibus eminerent: contra illum palum ueluti contra aduerſarium ſcuto, & claua tamquam gladio ſe quiſque exercebat, nunc quaſi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, inſultaret, inſili-

lib.1. de re milit.

7. de legib.

B

Athenæus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quaſi praeſentem aduerſarium, ſic palum omni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnaſtica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoſcet ille, D

6. collect. qui Antylli orationem apud Oribaſium penſitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in uſu habuiſſe, ſed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, ſcribit, additque Romanos primos eam, quae pro ſanitate exerceretur, inueniſſe, quos idoneis quibusuis locis, rudibusq. telis primo eam exercuiſſe, & deinde in gymnaſia inuexiſſe ueriſimile ſit, cum Galenus inter alia gymnaſtae munera etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui conducentem recenſeat. Nam gymnaſticos tam armorum,

2. de tu. ua. quam umbrae pugnam propoſita ſanitate uſurpaſſe, ſatis clare

c. 11. & 12. monſtrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura ſciomachiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum membrorum optimo ſtatui conferre tradidit. quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuiſſe, praeter nominis ipſius rationem, non modo Galenus teſtatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante E

Lib. 8. demonſtrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, ſiue potius aduerſarium grauiter & praeſertim in oculis ferientem, hiſce uerſibus carpit.

*Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante*
*Feciſti medicus, quod facis hoplomachus.*

Quamobrem ex his omnibus perſpicuum cuiuis eſſe poteſt, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnaſticae ſpecie locum habuiſſe. Iam ad alias, quae reſtant, enarrandae, antiquorum exercitationes, tranſeamus. F

*De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus.* *Cap. V.*

PRAETER exercitationes, quas iam perſpicue quantum in tanta licuit rei obſcuritate, explicauimus, multae aliae extitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occaſiones poſtulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnaſijs effici conſueuiſſe, Galenus ſentire uidetur. Eae uero ſunt *τὸ διὰ χοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν* ideſt, per funem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare.

A liſſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſſimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita populus ſtudio ſtupidus in ſunambulo animum occuparat.


FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuiſſe putarint, quando ſcilicet luctatores primoribus tantum digitis inſertis periculum roboris faciebant. Sed hos male ſentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. ſtatim luctam ab acrochiriſmo diſiungit. Erat igitur acrochiriſmus colluctatio quaedam ſummis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipſis digitis tangebatur, donec aduerſarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis ſpectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad uſum reuocabant, ſi quidem apud Pauſaniam legimus, Soſtratum cognomine Pancratiaſtem in huiuſcemodi certamine maximam laudem conſecutum, & ob id ἀκροχειρισὴν quaſi per excellentiam nominatum, cum aduerſariorum ſummas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitteret, quam eliſis digitis dolore confectos intelligeret. 6. Eliac.

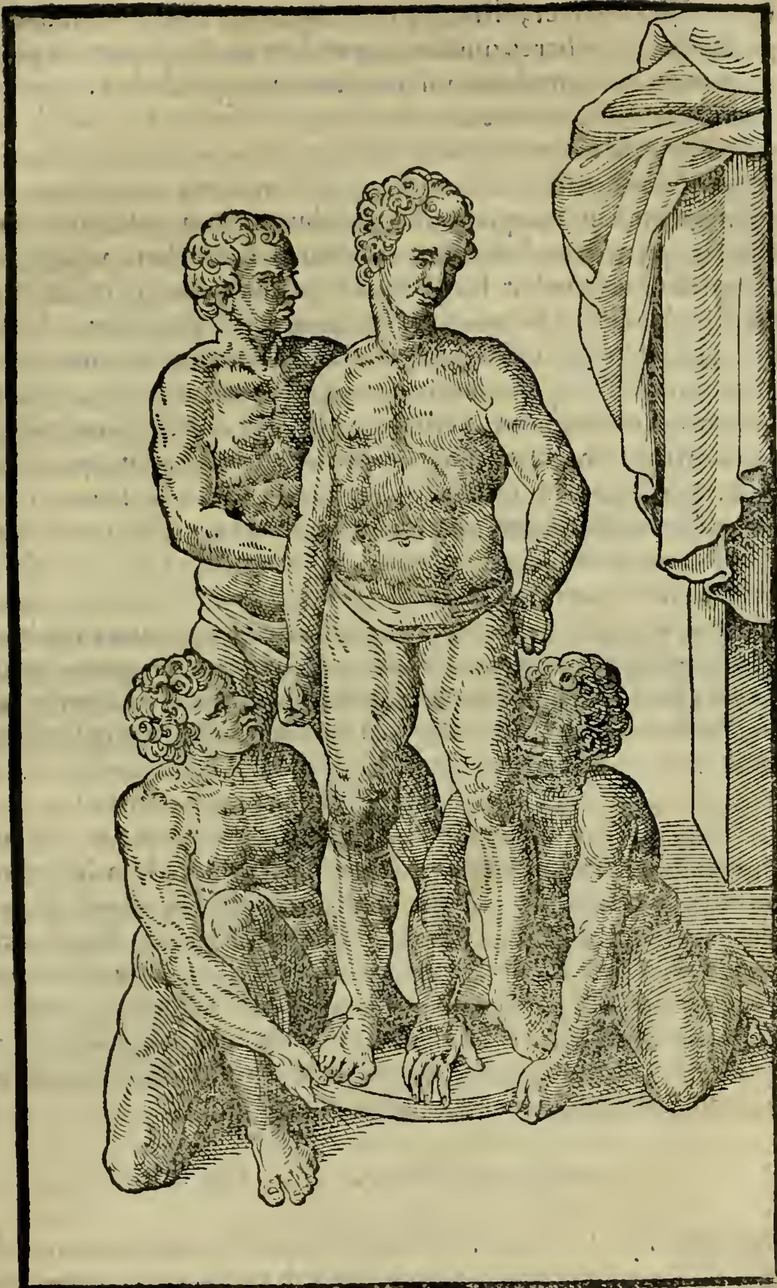
B Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι ſolebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora ſimili ratione effici ſibi ipſis perſuaderent. De Celtis refert Poſidonius, quod in armis excitati inter ſe acrochiriſmo certabant. Porro ualetudinis ſtudioſos huic exercitationi operam nauaſſe, & Galenus, & Paullus Ægineta concorditer aſſerunt Hippocratem, ſiue Polybum ſecuti, qui in libris de diaeta acrochiriſmum uarijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctiſsimus explanauit, dum uterque uerbis plane ijſdem ſcripſit, ecplethriſare, fuiſſe, cum in plectro, ideſt in ſexta parte ſtadij, quis prorſum, retrorſumque uiciſſim, idque ſaepe in utramque partem ſine flexu curſi- 2. de tu. ua. cap. lib. 2. [illegible] 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.

C tans uno quoque curſu breue quiddam de ſpatio demebat, quoad denique in unico greſſu conſtitiſſet, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio ſtetiſſet. Ceterum πιτυλίζειν idem fuiſſe quod geſticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditiſſimum toto caelo aberraſſe, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus pytiliſſare definitur fuiſſe, ſi quando ſummis pedibus quis ingrediens, uel ſtans, ut ſentit Auicenna, tenſas in ſublime manus hanc antrorſum, illam retrorſum celerrime mouiſſet. qua exercitatione maxime ante parietem ſtantes uti ſolebant, quo ſi interdum aberraſſent facile pariete apprehenſo erigerentur. De hoc ſermonem habuiſſe poteſt Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim propoſito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum ſublatis efficiebantur, uetuiſſe, ne quis laborando conſueſceret de- In Miſc. In uita Lycurgi.

ſatigari. de hoc item locutum eſſe Iuuenalem arbitratus Scali- D
ger legebat.

Sat. II. *Qui Lacedaemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter ſuperius legendum demonſtrauimus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti ſi cuipiam alter
2. d tu. ua. iuſsiſſet, ut ſe uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipſe non manibus modo, uerumetiam cruribus, ſpinaque conſtans, & non flexus reſiſtebat: quo genere Milonem ipſum exercuiſſe ſe ferunt, dum alias conuellere ſe, mouereq. e diſco inuncto, ſuper quem erectus manebat, ut ex praeſente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique ſi manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui ſimiliter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris oſtenſionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur, quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipſe medio comprehenſus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem complectebatur abſoluere ſeſe iubebat, aut ipſe ſe a complectente ſoluebat. Ita quoque ſi quis alterum, qui ipſum uerſus ſe inclinabat, a latere aggreſſus ilia manibus complexus, ſeu onus aliquod ſublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis ſi dum geſtabat ipſe, nutu renutuq. corporis uſus eſſet, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorſum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes ſimiles motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quam exercitationes per ſe ſeparatae erat. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto ſignificantur ſub his uerbis: *κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πῃ ἀμηνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία.* id eſt, Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & niſi aliquo modo noſmet ipſos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaeſtris in linea ludunt, quando ab utriſq. capti, in contraria diſtrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando deſcribens ludum diſtractorum haec uerba habet: *ἡ δὲ Διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἕως τ' ἂν καθ' ἕνα μεταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες.* hoc eſt. Dielcyſtinda autem, plerumq. in palaeſtris luditur, uerumtamen etiam alibi. Duae autem ſunt puerorum partes, alij trahentes alio, ſiq. ad illam partem tranſmigrauerint, penes illam uictoria eſt.

### *De Spiritus cohibitione.* *Cap. VI.*

SPIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praeſertim apotherapeuticas ab optimis gymnaſticis repoſitas fuiſſe, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale. lib. & ante ipſum Coelius Aurelianus inter medicos non

infi-

A infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti ſciunt, quando cuncti thoracis muſculi, qui circa coſtas habentur, uſque adeo intenduntur, coguntur que, ut exſpiratio uocata perfici nequeat: nam duae ſunt, quae uniuerſam ſpirationem complent, inſpiratio ſcilicet, & exſpiratio. Inſpiratio ea eſt, quando aer ad temperandum cordis feruorem, ſpiritusq. generandos in pectoris ſpatia trahitur. At exſpiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipſius pectoris extra educuntur: unde cum per muſculos thorax, ceteraq. ſpirationi deſeruientia inſtrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginoſa recrementa exire queant, reſpirationem intercipi ſiue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnaſtae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnaſtae dupli-
B cem ſpirationis cohibitionem in uſu habebant, alteram, in qua uniuerſi thoracis muſculi tendebantur, remiſſis, qui ſunt in ſepto tranſuerſo atque abdomine, ut facilius excrementa deorſum truderentur; alteram, in qua abdominis quoq. muſculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae ſub ſepto ſunt, uiſcera, exercitationis fructum ſentirent. in ambabus uero faſcias quaſdam adhibebant, quibus thoracem, atque coſtas nec non uentrem cingentes felicius propoſitum aſſequebantur. Propoſitum autem habebant huiuſcemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquiſitum, ſiue ipſum natiuum auctum confirmare, modo ſpiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; ſi quidem ſpiritus in tali inhibitione undiq. compulſus, dum in anguſtos ſe meatus recipere cogitur, eosque, ſi amplius truſus propulſusq. fuerit, etiã penitus
C pertranſire, extenuati iam excremẽti ſecum nonnihil arripit; quin immo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipſo quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perſpectis mirari debeat, quod Eryſimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Ariſtophanis ſingultum ſpiritus cohibitionem in primis commendarit. quam poſtea Ariſtoteles non ſolum ob antedictas cauſas ſingultum exſtinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & aſſeuerauit, & clariſſima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de cauſſis a gymnaſticis inſtitutam ſpiritus cohibitionẽ, legitur, quos, ut melius res ipſis ſuccederet, etiam hanc regulam obſeruaſſe arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, dein-

Prob. ſect. 33. 3 de Symp. cau.

deinceps uehementius & diutius ſpirationem inflatis buccis conti D
neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. ſecundum
praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκ προσαγωγῆς agenda,
antiquos medicos uoluiſſe reperio. Athletae autem quamuis hoc
exercitationis genere forſan non uterentur, nimirum quod nulli-
bi ad gloriam, ſiue ſpectatorum oblectationem aſſequendam ipſis
deſeruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes
ſpiritus quoq. retentione duabus de cauſſis uſos credo, tum ut a laſ
ſitudine recrearentur, perſpirabilemq. ſimul & purum ad ſubſe-
3. ſtu. ua. cap. 2. quentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus ſigni
ficaſſe uidetur; tum (quod rationi magis conſentit) ut maius robur
in impulſionibus, compreſſionibus, ſaltibus, atq. ſimilibus ex ſpiri
tu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quo
dã modo uires effici, ſi ſpiritus detineatur, quotidie declarant one- E
ra geſtantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maxi
mos labores facilius ſuſtinere queant, ſpirationem cohibere cerni
mus, quaſi ex tali retentione ſpiritus intus aucti, & robur creſcere
2. partic. prob. 1. faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, ſicuti di
cebat Ariſtoteles, retentus ſpiritus uenas implet, itaque humores
exire, diſflariue non patitur: unde poſtea retentis illis neque laborã
tes ſudoribus diffluunt, delaſſanturue, neque uis, quam in humo-
ribus, ſpiritibus, & membris ſolidis conſiſtere medici omnes faten
tur, ulla ex parte flaceſſere, aut diminui ſolet. Scribit Plutarchus in
libro de praeceptis ſanitatis, conſueuiſſe aliptas, dum athletas frica-
bant, ipſis iubere, ut ſpiritum interciperent, ſicq. fricationibus con
tra niterentur, quaſi ita partes corporis inunctas, & contrectatas di
ſtenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηρȣ̃ντας, τείνον- F
τας legendum eſſe, omnis ratio perſuadet: etſi bonus Eraſmus dili-
gens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarũ effi
citur, athleticam gymnaſticam non parum ex ſpiritus retentione
adiumenti capere conſueuiſſe, quemadmodũ medicinae gymnaſti
cos eandẽ quamplurimum aeſtimaſſe (ni fallor) abunde probatum
eſt. Immo uero etiam athletas oſtẽtationis, & ſpectatorum uolupta
tis gratia in ſpiritus retentione ſe quandoque exercuiſſe, inde con-
ijcere licet, quod Milonem illum capite, & praeſertim fronte ac etiã
coſtis & pectore robuſtis uittis ligato tamdiu ſpiritum retinuiſſe le-
gimus, quouſq. prae impetu intumeſcentes uenae ligamina illa diſ
cinderent. id quod ſatis confirmare poſſunt imagines, quas Ligo-
rius inter aenea Illuſtriſsimi Ferrariae Principis ſummi bonorum
patroni ſigna ſe inueniſſe, atq. ab eis haſce



propria manu expreſſiſſe nobis ſignificauit. In ipſis namq. uidere licet faſcias pectori, & coſtis ut meminit Galenus circumuolutas, tum uentres atque ſcrotam (ſicut fit in ualidis ſpiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero ſint raſo capite, ſolis quibuſdam in ſummo uertice capillis apparentibus, ſimulque halterem e brachio ſiniſtro pendentem gerant, puto quod & ſerui eſſent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in ſpiritu retinendo celebres ab artifice repraeſentati fuerunt. etenim ſeruos apud multas nationes caput raſiſſe legimus, quemadmodum & Dacas ſeruitijs nobiles toto capite raſo, atq. cirro tantum in ſummo uertice relicto incedere conſueuiſſe, memoriae proditum eſt. D

## *De Vociferatione, & riſu. Cap. VII.*

E

INTER ceteros, quos plurimos, atque neceſſarios in humana uita uſus habet ſpiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud ſit, quam aeris uehemens percuſſio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a reſpiratione ſola, uel ſaltem non abſque ipſa ſuppeditari, Ariſtoteles, & Galenus praeclariſsimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum eſſe duxi, ſi, poſtquã de ſpiritus retentione uerba feci, ſtatim uociferationis tractationem ſubiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam pauciſſima de uociferatione ſcriptis tradiderit, quaſique eam inter exercitationes numerari debere non cenſuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribaſium medicus celebratiſſimus non modo eam exercitationem eſſe uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuerſorum curationem, tum ad uocis ipſius cultum ualde aeſtimatam fuiſſe ſcripſit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore poſterioribus ſaeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae profeſſores, aut militaris diſciplinae ſtudioſi hoc exercitationis genus in uſu haberent, & ſi apud nullum auctorem notatum aduerterim: perſuaſum tamen mihi eſt, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipſorum profeſſioni aut conuenientem aut ſaltem neceſſariam exercuiſſe. Quod ſi dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conſerendis clamoribus non ſine utilitate uſos, quando Caeſar haud fruſtra antiquitus inſtitutum fuiſſe ſcribit, ut in bello committendo ſigna undique concinerent, clamoremque uniuerſi tollerent, quibus rebus F

lib. 1. ſer. 3. cap. 5.

lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.

3. de bello ciuili

A bus & hoſtes terreri, & ſuos incitari exiſtimauerunt: propter hoc minime ſequitur, uociſerationis exercitationem, de qua nos agimus, militari diſciplinae addiſcendae conferre. Duo ſolum hominum genera uocis exercitationi ſedulo operam dediſſe reperio, hiſtrionicae uidelicet profeſſores, & medicorum gymnaſticos. Hiſtrionicam enim profitentes, ſub quibus praecones, choriſtas, tragoediarum, & aliarum fabularum ſimiliũ recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri ſolitos, locupletiſſimus teſtis eſt Plato in Ione, & Ariſtoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipſas cantu recitari conſueuiſſe. ob quod uocis exercitatio tantae exiſtimationis fuit, ut, ſicuti de athletica monſtrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano ſub modulationis agoniſticae nomine intellecta propoſitis uictori praemijs inſtituerentur. quem morem uſque ad Galeni tempora perduraſſe, ex eo conijcere poſſumus, quod 7. de medicamentorum compoſi. ſecundum locos lib. multa medicamenta recenſet, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum poſt certamen utebantur. ubi ſimiliter narrat, tempore ſuo phonaſcos omnes, citharaedos ſcilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam perſonatos repraeſentãtes, qui magno uocis exercitio utebantur, ſi quando uocem contendendo oblaeſiſſent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti ſolitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo hiſtrionicae profeſſores uoce & cantu (quod dixit Plato) ſimpliciter in recitandis drãmatibus, rhapſodijs, alijsue imitationibus ſuis, uerum etiam alta uoce uſos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, ſcribit Ariſtoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celſus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuiſſe, uocis gratia adoleſcentulos infibulare; quandoquidem illi, qui hiſtrionicae operam nauare ſibi propoſuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua ſummopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipſa in tam frequenti uſu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijue hiſtriones infibularentur. quemadmodum Martialis atteſtari uidetur his uerſibus, in quibus de duobus hiſtrionibus uerba facit.

11. & 19. partic.

lib. 5. chro. cap. ult.

In Ione

19. partic. prob.

lib. 7. c. 25.

*Menophili penem tam grandis fibula veſtit,*
*Vt ſit Comoedijs omnibus vna ſatis.* & alibi: Lib. 7.

*Dum*

*Dum ludit media populo ſpectante palaeſtra,* D
*Heu cecidit miſero fibula, uerpus erat.*
& quemadmodum Iuuenalis inſinuat ubi ſcribit.
Sat.6 *Soluitur his magno Comoedi fibula.*
*&*
*Si gaudet cantu nullius fibula durat*
*Vocem uendentis praetoribus*

Satis itaque conſtat, uociferationis exercitium maiorum noſtrorum temporibus in uſu exſtitiſſe hiſtrionibus, magiſtroſq. phonaſcos, ſicuti artem phonaſciam a Theophraſto fuiſſe appellatam. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur inſtitutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum eſt, tam Graecos, quam Romanos locum ſecundum Pauſaniã Lib.1. Atti. imagine theatri conſtructum habuiſſe, in quem deferebantur poemata, priuſquam in theatro agerentur, & ex quo certamina muſica ſpectabantur, ὠδεῖον a Graecis, a Latinis ipſis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici conſueuiſſe exiſtimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, muſicum certamen inſtituiſſe, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, cithariſtae, atque pſallocithariſtae certarent, excitauiſſe ſcribit. quamquam alibi quoque & praeſertim in gymnaſiorum exedris, in quibus philoſophos, & rectores diſputare ſolitos accepimus, ueteres uociferationibus certaſſe, ſe ipſoſq. exercuiſſe ſuſpicor, cum ad formandas excolendaſq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demoſthene fertur, uociferari, legere, & cantare conſueuiſſe, legamus. Porro finis, cuius gratia huiuſcemodi exercitationes ueteres in uſum prouexerint, multiplex fuit, ſicut a Platone, Ariſtotele, ac Plutarcho intelligere poſſumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophiſtarum ac aliorum ad hoc inſtitutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιστρόφους ſiue aduerſarios ſuperarent, uel ut in ſcena & theatro quiſque munere ſuo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad hiſtrionicum, & ad medicum uſum tracta fuerit, haud quaquam certo ſcio. ſed cum animaduerterim, Corneliũ Celſum inter exercitationes imbecilli ſtomacho conferentes claram lectionem commendaſſe, ſimiliter & Coelium Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitium anaphoneſin a Graecis uocatum probaſſe, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idẽ adhibito praeceptore adminiſtrandum conſuluiſſe, ad credendũ adducor,

E / F (margin letters)

In prot. In lib. de tuen. ſan. In xix. particu. prob.

Lib.1.c.8. lib.1.chro. ca.1.& lib. 2.cap.6.

A adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnaſtica locum habuiſſe, atque ipſos gymnaſtas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluiſſe: tametſi poſtea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipſa maius incrementum ſuſceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conſeruationem, & ad aliquorum morborum curationem, ſed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinem, & ad corporis robur uerum efficaciſſimam eſſe, ut pote quae thoracem, ac uocalia inſtrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principaliſſimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inſerat. ob quae fortaſſe refert Galenus, Theſſalum illũ, aetate Neronis, ut ſcribit Plinius, magna in exiſtimatione habitum B & a ſe ipſo iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuiſſe. Modus autem, quo huiuſcemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonſtrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demiſſa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. ſpongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius ſenſim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, poſt uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & aſperitatis mutationes habere uidebantur. ſin autem uerſus ſciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praeſtãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgioſis clamoribus uti: in primis uociferabãtur, uocẽ quam grauiſſimis fieri ſonis poterat, producendo, tum ad acutisſimos eã redigendo: deinde cum non multum in acuto ſono permanſum foret, retro uiciſſim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauiſſimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio abſoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, conſuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conſeruanda ualetudine inſcripſit, copioſe diſſeruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã ſedentes, aut ſtantes: ut hac ratione loca ampla huiuſcemodi exercitationi minime neceſſaria iudicauerit Socrates. Ad hoc pertinet

In lib. de u. ual.

4. Meth. lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet & illud, quod a Plinio lib. XXXIV. cap. XVIII. relatũm eſt, D
Neronem Principem lamina pectori impoſita ſub ea cantica excla-
mantem alendis uocibus demonſtraſſe rationem. Et quoniam dixi
mus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & mo
dulos obtinuiſſe, merito quis a nobis ſciſcitari poſſet, qua ratione il
lud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuerſam
& paene contrariã gymnaſticae muſicam effecerit, quod altera ani
mum, altera corpus reſpiciat. Cui reſpondendum eſſe iudico, muſi
cam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque compoſita eſt, om-
nino a gymnaſtica ſeparari, quia ſic animorũ ſolatio atque iucun-
ditati ſolummodo ſtudet, moresq. hominum aliquo pacto compo-
nere apta eſt: ob quod eam Plato & Ariſtoteles in optimis rebus pu
blicis pueris addiſcendam ſtatuerunt. Quatenus uero muſica ipſa
uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios ſonos, E
qui nõ ſine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnaſti-
ca locũ obtinere perſpicuum fit. cuius rei illa aſsignari ratio poteſt,
quod muſica tota ordinatis uocis motibus plena exſiſtit, qui ſecun-
19. partic. dum Ariſtotelis ſententiam naturam uiresq. noſtras & augent, &
Prob. 38. ſeruant. ut hac de cauſſa nemo infitiari debeat, quin muſica, perin-
de ac uociferatio gymnaſticae, medicorum exercitatio quaedam
lib. chron. reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus ſaepe teſtatum
cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13 fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abſciſ
ſione curandis modo uocis exercitium muſico monitore compoſi-
tum, modo anaphoneſim adhibito praeceptore, & temporum or-
dine ſeruato, modo eandem ſub magiſterio aliptae, uel muſici prae
cipientis in eundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym
naſticas uocis exercitationes recenſeri debere cenſeo, nempe qui ul F
tra clamores, atq. ululatus, quos fere ſemper ſibi aſſociatos gerunt,
lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multa-
7. Polit. rum exercitationum inſtar exinanire poſſunt. Et iccirco Ariſtote-
cap. ult. les iure eos improbandos eſſe uoluit, qui pueris lege ploratus pro-
hibent; ita enim ab ipſo ſcriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
» παίδων, καὶ κλαυθμὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
» τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
» γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
» ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὅ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id
eſt: Puerorum uero diſtenſiones atque ploratus, qui in legibus pro-
hibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum ſint
quodammodo exercitationes corporum, ſpiritus nanq. cohibitio
laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-

ſtenſis

A ſtenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mādauit, quaſi illud ad augendas actionum uires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, ut eſt apud Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis uiſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus B concuti? innumerisq. fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non parum iuuerunt: ut falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

2. Tuſc. q. — 2. de part. animaliū. & 35. parti. prob. 6. — In lib. de nat. hom. — In Paed. Cyri.

*De Cricilaſia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo.* *Cap. IIX.*

SI ea omnia, quae antiquis temporibus uſitata, ac, ut ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interijſſent, mul C tos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac antiquatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra ullam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateq. obſoluerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, ut indies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemq. neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus inſtitutum meum dirigi queat, ne ſileam plurima exercita D
tionum genera, quae quod temporibus noſtris deſueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue eſſent, diuinandum eſt potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilaſia atque trocho contingit. Nam *κρικιλασίας*, quae circuli impulſum latine ſonat, modum atque figuram tametſi Oribaſius ex Antyllo explicaſſe uideatur, tamen res ipſa uſque adeo tenebris inuoluta eſt, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoſcere. Sed ne quis nos uel craſſae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuſte notare queat, ipſius Oribaſij uerba graeca ex Vaticano codice deſcripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur.

cap. 16. Ἐλλάσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώ- E
» που, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ
» μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύ-
» λινον ἔχων τὴν λαβὴν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ
» τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττοὺς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψό-
» φος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ;
» ideſt, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita ut ipſius altitudo uſque ad mammas pertingat, neque ſecundum longitudinem, ſed in tranſuerſum impellatur, ſit autem impulſor ferreus ligneam anſam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpoſitos ſuperuacaneos eſſe putarunt: at hoc minime ita ſe habet, quinimmo ſonus ab ipſis genitus relaxationē, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumfe- F
rentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga anſam habente in tranſuerſum latus impellere conſueuiſſe. ſed cum hac aetate in uſu non habeatur, poſſumus ſane aliquid diuinare, at eius formā & condiciones penitus cognoſcere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum.

*Seu Graeco iubeas trocho*,

fieri quidem poteſt; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque ſit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortaſſe in animum induxerit ſuum; uerum tamen rem ſecus ſe habere facillime perſpiciet, dum ſcire uelit, id machinam quandam ligneam fuiſſe, qua homines rotis quibuſdam in aerem iactabantur, ut, praeter nominis illud indicantis uim, teſtatus eſt tum Lucilius,
» cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam

Iuue-

A Iuuenalis Saty. 14. hoc uerſu.

*An magis oblectant animum iactata petauro*
*Corpora, quiq. ſolent rectum deſcendere funem*

& Martialis libro. 11.

*Quam rota tranſmiſſo toties impacta petauro,*

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilaſiae aſſimilari patet. quamquam credo petauro ualde ſimilem eſſe iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur aſſere funibus quattuor ad laquearia ſuſpenſo, & ibi ſedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus ſub oſcellarum appellatione a ueteribus ſignificatum puto: atq. id forſan eſt, cuius meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum ſudorem laudat, ut aeger ponatur ſuper inſtrumen-
B tum, quo pueri, uel iuuenes ſolent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Feſtum ait, petauriſtas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, ſiue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis uſurpatum fuiſſe apud Thracas, Ægyptios, aliosque populos ex hiſtorijs unicuique perſpectum eſſe poteſt. Nec minus iſtud indicant Auguſti, atq. Tiberij Caeſarum nummi, in quibus hunc in modum oſcellarum ludus repraeſentatur.


OSCELLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oſcellis diuerſus ſit quod ad modum, nihilominus reipſa nequaquam diſtare facile perſpicitur; quod in aere uideatur non ſecus luſores quaſſari ſolitos fuiſſe, atq. nunc agunt, qui ſimiliter exercentur. Neque forſan prorſus abſonum eſt raptorium illum machinamentum a Coelio Aureliano macron ſparton uocatum uel ipſummet petaurum, uel ſaltem non ei diſſimile fuiſſe. Iam uero ſi quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilaſiae aequiparari queat, id profecto eſt trochus, quem Martialis ita pluribus in locis deſcripſit. 5. chron. cap. ult.

*Inducenda rota eſt, das nobis utile munus,* lib. 14.

*Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit.* &

*Garrulus in laxo cur anulus orbe uagatur.* ibidem.

*Cedat at argutis obuia turba trochis.* & lib. 11.

B *Lydia tam laxa eſt, equitis quam culus aheni,*

*Quam celer arguto qui ſonat aere trochus.*

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui ſono ſpectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulſor cum anſa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

*Increpat & uerſi clauis adunca trochi.* lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſſime depinxit, niſi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpoſitos tradit, praeterea Cricilaſiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuiſſe ſignificauit. Quibus duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam uenio, quod Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſa a trocho Latinorum exſtiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi-C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες

Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. - ideſt:

*At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto*

*Vertebant lato quiſq. ſuum in triuio.*

Et quem appoſitiſſime deſcripſit Virgilius his uerſibus 7. Æneid.

*Ceu quondam torto uolitans ſub uerbere turbo,*

*Quem pueri magno in gyro uacua atria circum*

*Intenti ludo exercent, ille actus habena*

*Curuatis fertur ſpatÿs, ſtupet inſcia turba,*

*Impubisq. manus mirata uolubile buxum*

*Dant animos plagae,* D

minime trochum eſſe, ut uoluerunt nonnulli, ſicuti & exercitatio illa, quae hodie ſupra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me ſimilitudinem paruam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnaſijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum ſeu anulos habebat ſtrepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes ſonitu audito longius ab incurſu trochi cauerent. Poſtremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec ſeparatim, nec ſimul in turbine, ſeu trucho noſtris reperiri ſenſus ipſe docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuerſum antiquorum trochum exſtitiſſe, quem (ut ego puto) apprime repraeſentat haec figura,

E




F

a Ligorio ad nos miſſa, quam ſe ex forma in uetuſtiſſimo, atq. ampliſſimo cuiuſdam Comici uel Satyrici poetae monumento expreſſa in uia Tiburtina prope Romam accepiſſe retulit. niſi quod praeter anulos dentes quoſdam circulo infixos & mobiles monſtrat. quos ad ſtrepitum maiorem edendum appoſitos fuiſſe uero conſonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

*Indoctusq. pilae, diſciue, trochiue quieſcit,*
*Ne ſpiſſae riſum tollant impune coronae:*

Cumq. Propertius inter gymnaſiorum exercitationes recenſeat:

pro-

A proculdubio ad gymnaſticam aliquam pertinuiſſe, conſentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, ſupereſt medicinae gymnaſticae exercitationem fuiſſe, & illius praeſertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His diſſimilem formã habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuerſa fere Europa uſitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorſum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo aſſociatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non ſit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exer-
B citatione non caruiſſe forſan contendat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alſulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur. quas condiciones apprime noſtro pilamalleo conuenire unuſquiſque uidet, niſi alias tacuerit Auicenna, quod ſuo tempore notiſſimae eſſent. loc.citatis.

*De Equitatione. Cap. IX.*

HACTENVS eas exercitationes proſecuti ſumus, quas homines a ſeipſis citra alterius rei adiumentum obibant. Supereſt de ijs modo ſermonem habere, in quibus homines quidem ſponte, & quodam modo libere mo-
C uebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur. quod enim Galenus iſtis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad inſtitutum noſtrum pertinet: ideo illud ſemper dimiſſum hac ratione intelligatur. Inter haec poſtrema primum locum iure ſibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior ſit, & liberum hominem, ut ſcripſit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriuſque exercitationis naturam, illius ſcilicet, quae a nobis ipſis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, ſecundum Galeni ſententiam ſapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem extitiſſe, auctor eſt Plinius. poſt Bellorophontẽ Theſſali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim uſque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob aſſiduas equitationes coxarum doloribus

3.de tu.ua.

lib.7.c.56.

lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum poſt aures inciſionem ab illis curati, ad D coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant inſœcunditatem eam a Dijs proficiſci ſuſpicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites ſemper Dijs amici, pauperes uero minime ſint, (ut etiam Ariſtoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuiſſe potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Poſt Hippocratis tempora equitatio ſemper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima exiſtimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnaſticae ſpecies eam inter reliquas ſuas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores noſtri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uiceſima quincta Olympiade equorum curſus certamen inductum tradunt; teſtatum facere poſſunt quattuor illae Romanae factiones, E Albati ſcilicet, Ruſſati, Veneti, & Praſini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equeſtribus certaminibus adhibitis equis ſiue ad equitationem, ſiue aurigationem ſemper certabant, tantumq. ſtudium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Praſinae factionis homines etiam ſtercora equorum odorare ſolitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoſcere, & cognitis inde melioribus uti ualerent; ſi quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria cauſſa tales erant, quae nec ullis ſumptibus, nec ullis laboribus ac ſtudijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quaſi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuſcemodi factionibus aut ſtu- F dioſiſſime non diſceptaretur, aut ſaltem ſermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij ſexta noni libri Epiſtola, atq. his Martialis uerſibus quiſq. coniectura aſſequi poteſt.

4. Rheto.

7. Metho.

*Saepius ad palmam Praſinus poſt fata Neronis*
*Peruenit, & uictor praemia plura refert,*
*I nunc liuor edax, dic te ceſſiſſe Neroni,*
*Vicit nimirum non Nero, ſed Praſinus,*
*De Praſino conuiua meus, Venetoq. loquetur.*
*Nec facient quemquam pocula noſtra reum.*

lib. 11.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Praſinae factioni fauiſſe tempore ſuo, quando Martialis quoq. floruit, teſtari uideatur his uerſibus.

*Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem*

*Per-*

A *Percutit, euentum uiridis quo colligo panni.*
*Nam ſi deficeret, maeſtam, attonitamq. uideres*
*Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis*
*Conſulibus.*

Has uero in fauendis diuerſis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas ſemper exiſtimaui, quoniam Romanorum quarumlibet ueſtimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, ſed praecipue rubeo magis fuſco, ut Martialis hiſce uerſibus indicat, de Canuſina lana rubea fuſca ſermonem habens,

*Roma magis fuſcis ueſtitur, Gallia rufis,*
*Et placet hic pueris, militibusq. color.* lib. 14.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae ſibi ſimilem B colorem profitebatur. Etſi huic ſententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba. 1. de arte amandi.

*Cuius equi uenient, facito ſtudioſe requiras,*
*Nec mora, quiſquis erit, cui fauet illa, faue.*

Sed de equitatione ludorum, & ſpectaculorum, quam & athleticã uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditiſſimus Panuinus luculentiſſime ſimul, & copioſiſſime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuerſam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnaſticam accedo, quam ad acquirendam equeſtrem pro bellis diſciplinam equitationis exercitio uſam fuiſſe, locupletiſſime teſtatus eſt Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri ſtatuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire conceſſit, easq. inter ceteras bellicae gymnaſticae ſpecies, ſiue partes euiC denter collocauit, ſicuti Xenophon pariter ſentire uidetur, apud quem Iſchomachus uitae ſuae rationem Socrati exponens ſic loquitur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. ideſt. Poſt haec autem equum adſcendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello neceſſarijs equitationibus, quam per me fieri poteſt ſimillimam exerceo modo per tranſuerſum, modo per decliue, modo ſupra foſſas, modo ſupra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde ſtudeo. Quae uerba, poſtquam multis alijs eius uiuẽdi rationem declarantibus addidiſſet Iſchomachus, ei tandem Socrates ita reſponſum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόν

8. de leg. — In Oecon.

*τως γὲ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμέ-* D
*νως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσ*
*μασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμε*
*λείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθά μοι δοκεῖ εἶναι.* hoc eſt. Per Iunonem
o Iſchomache ſic agendo mihi places, quandoquidem uno tempo-
re collectim ſanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec
non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae
omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Iſ-
chomachi, & Socratis ſermonibus clariſſimum argumentum elici-
tur, antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus
uſos. Quod uero medicorum gymnaſtae equitationes ad ſanitatem
recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus ha-
bitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam
1. d tu. ua. cap. 11. orationem, unum Galeni teſtimonium ſufficere deberet: qui inter E
reliquas gymnaſticae exercitationes minime infimum locum eam
obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit: ni
Loc. citat. ſi quoq. Antylli, Aetij, & poſtremo Auicennae comprobatio acce
deret, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exer-
citationes repoſuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris ne-
potem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medi-
cis imperata illam curaſſe memoriae prodidit Suetonius: ut hoc ex
emplo perſuaſi credere debeamus equitationem tamquam utiliſſi-
mam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe: quamuis &
apud ipſos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, &
illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurren-
tibus: quorũ omniũ diuerſas operationes ſuo loco explanabimus.
F

*De Curruli uectatione. Cap. X.*

DIximus duo eſſe exercitationum genera, alterum in
quo homines a ſe ipſis ſolum mouentur alterum ab a-
lijs, ſiue, ut Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſuap
te natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes
mouentur. De primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſta-
tio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo,
Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis *αἰώρα*
1. d tu. ua. cap. 11. uocatur, in ſequentibus uerba facere polliciti ſumus. atque iam de
equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonem ex-
plicamus. ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus
uectatio, quam antiquiſſimam fuiſſe, nemo infitiatur. ſi quidem,
ut

A ut Arati uetuſtus interpres teſtatur, primus, qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum ſcribit Manilius primo aſtronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuerſus exſtitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atq. ulmum. vnde elicitur ueteres ex huiuſcemodi lignis currus fabricaſſe, qui prioribus illis ſaeculis duabus tantum rotis conſtruebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas poſtea etiam ſex rotis currus conſtruxiſſe memoriae tradidit uetuſtiſſimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus ſtanno ornabantur, at poſterioribus ſaeculis non modo rotas, ſed tota uehicula ebore ornata fuiſſe, legimus apud Plautum in Aulularia, ſicuti Plinij tempeſtate tota eſſeda atq. uehicula auro, ac argento inſignita conſpiciebantur. li.16. c.42. & 53. lib.7 c.56. lib. de aere aquis & locis. li.34. c.17.

B Varijs praeterea rebus cooperta fuiſſe ueriſimile uidetur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis ſcriptum reliquit Plutarchus: ſicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi ſolita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monſtruoſa animalia, ſed etiam feminas nudas curribus iunxiſſe, ijsq. ipſum uectum eſſe, tradunt. Haec porro geſtatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur; ad tantumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipſa uti ſenatuſconſulto uetare, coacti ſint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter ſeſe conſpiraſſent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciſcerentur, Romanos mutaſſe ſententiam, atque iterum illis curribus uti permiſiſſe, ſcriptis mandauit Plutarchus. Lampridi* in uita Heliogab.

C In quibus deinceps ne ſederent, neue equis per urbes ueherentur, M. Aurelius Antoninus philoſophus, matronarum conſulens modeſtiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnaſticos haec ipſa geſtatio aeſtimata reperitur: quando, ſiue ludos, & ſacra certamina ſpectes, ſiue medicorum libros perſcruteris, in omnibus ea uſitata apparebit. Quis quaeſo neſcit nona & nonageſima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas noſtras Plato in Phaedro elegantiſſime aſſimilauit, necnon bigas, quadrigasue curruum genera in publicis ſacris frequenter certaſſe? quod poſtea ſtudium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica ſpectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia propoſita ſpectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur, lib.27.c.7.

tur,

tur, pro praemio uictorem abſinthium bibere conſueuiſſe, quaſi D ſanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae diſciplinae adipiſcendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Exiſtimo tamen, quod, cum ab Homeri aetate uſque ad Xenophontis tempora, atque etiam poſterioribus ſaeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: ſimiliter & in curribus ſe exercere conſueuiſſe, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuerſorum agendi currus modorum expertes ſuperarentur. Ceterum quod medici gymnaſtici ſimilem uectationem tam pro ſanis conſeruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in uſum receperint, clariſſime teſtati ſunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnaſticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucisſimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quaſi duo genera effeciſſe uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti ſedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentiſſime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco ſcriptum eſt a Plutarcho, Romanos coactos fuiſſe in Septimontij feſto prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & feſti celebratio non relinqueretur. Nũquid autem ſani ſimul, & ualetudinarij in ijſdem uehiculis exercerentur, indicaſſe mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis geſtari ſolitos, atque illos a principio per triginta ſtadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a ſtadijs triginta, aut F quadraginta initium ducere, & uſque ad ſpatium altero tanto maius progredi conſueuiſſe. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis ſine ullo diſcrimine uſos eſſe, ueriſimile fit: etſi fortaſſe principes tectis potius, quam detectis uectos credere poſſumus, quando refert Dion hiſtoricus, Claudium Caeſarem, dum proſpera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto geſtatum eſſe, ſicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem ſe aliquando uſum illo teſtatur Epiſtolarum libro ſeptimo, ita ſcribens ad Cornutum ſuum: Pareo collega clariſſime, & infirmitati oculorum, ut iubes, conſulo. Nam & huc tecto uehiculo undiq. occluſus, quaſi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoſcere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribaſius li. 6. c. 25.

2. de tu. ua. cap. 11.

In probl. Rom.

A ris a gymnaſticis probatam fuiſſe, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac geſtatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexiſſe, ſcribit Galenus. quaſi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas ſi poſsideret; inſuperq. communi totius artis magiſtro ſubijceretur, qui & modum & menſuram, & qualitatem, & tempus in ſimili exercitatione obſeruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plauſtrum, Eſſeda, Petoritũ, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thenſam, Ciſium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant ſimilia; diſtabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non eſt quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem eſſet, B & icirco medici cuncta ſub uno Currus genere ſint complexi.

2. d tu. ua. cap. 11.

*De geſtatione in Lectica & ſella. Cap. XI.*

LECTICAM, atque ſellam ob commoditatem potius eorum, qui uel ſenectute, uel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus ſemper homines ſtuderunt, inuentam fuiſſe, quam ob aliud, non deſunt qui opinentur: nec forſan ſine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior cauſſa, qua inducti ueteres huiuſcemodi inſtrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; niſi dicamus, Imperato C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a ſole, a uento, pluuia tempeſtate, atque ſimilibus offenderentur, lecticas & ſellas undiq. obtegi, & retegi aptas inueniſſe, quas alij poſtea diuites luxus, ac uoluptatis, ſiue commoditatis gratia, & poſtremo medici gymnaſtaeq. ad uſum hominum ſibi ipſis concreditorum traduxerint. utcumq. ſit, conſtat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnaſtas illas ad exercenda ſaepe ualetudinariorum, rarius ſanorum quoq. corpora uſurpaſſe. Quae uero tam lecticae, quam ſellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat; attamen ueriſimile eſt, in ea puluinar, & lectulum ſtratum fuiſſe, quo & iacere, & ſedere, prout libebat, qui geſtarentur, poſſent. an in ceteris fuerit noſtrae diſſimilis, uel potius ſimilis; credo non admodum diſsimilem exſtitiſſe, niſi quod noſtra a mulis, uel equis fere ſemper geſtatur, illa antiquorum ut plurimum a ſeruis

ſex

ſex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nũcupabatur, uti ex his uer- D
Lib. 6. ſibus Martialis perſpicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica geſtari uellet.

*Cum ſis tam pauper, quam nec miſerabilis Irus,*
*Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,*
*Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,*
*Quid te Cappadocum ſex onus eſſe iuuat?*
*Rideris, multoq. magis traduceris Afer,*
*Quam nudus medio ſi ſpatiere foro,*
*Non aliter monſtratur Atlas cum compare mulo,*
*Quaeq. uehit ſimilem belua nigra Lybin.*
*Inuidioſa tibi quam ſit lectica requiris?*
*Non debes ferri mortuus Hexaphoro.*

ſimiliter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam ſandapilae ſiue feretro mortuorum ſimilem haberet. E

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua ſit lectica licebit,*
*Cum tamen haec tua ſit Zoile ſandapila.*

Lib. 6. Nam ex his liquido intelligere quiſq. poteſt, lecticam fere ſemper a ſex ſeruis eſſe geſtatam. (In quem uſum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos ſcribunt) ſiq. interdum aliquis lecticariorũ numerum augere uoluiſſet, protinus fuiſſe notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam inſanum uocat, quod ab octo ſeruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem oſtentationem per urbem geſtaretur,

libro. 1. ad uxorẽ ſuã.

*Octaphoro ſanus portatur Auite Philippus,*
*Hunc tu ſi ſanum credis Auite, furis.*

Cum itaq. lectica antiquorum ita ſe haberet, non modo pro ſede commoda, uerum etiam conciliando ſomno dum claudebatur inſeruiebat, ut Iuuenalis teſtatur his uerbis. F

Sat. 3. *Namq. facit ſomnum clauſa lectica feneſtra.*

tamq. frequens illius erat uſus, ut caſtra lecticariorum, qui ſolum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac geſtandis, ut eſt apud Iureconſultos mentio, deſtinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipſis dabantur, & alia in caſtris fieri ſolita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem geſtari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi ſpectaculaq. publice edendi ius tribuiſſe ſcribit. At qui ſellam duplicem fuiſſe tradidit Antyllus, ſiue potius eius interpres; alteram, in qua ſedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta ſinebatur,

A batur,& a nonnullis, ueluti à Coelio Aureliano, portatoria ſella, ac ſertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus noſtris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magiſtratum gerentes olim geſtari conſueuiſſe, atque inde curulis ſellae, in qua tantum ſedebatur, nomen emanaſſe arbitror: ſecundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego ſciam, niſi dicamus lecticam noſtram illius uicem gerere, atq. ipſis eandem rem ſignificaſſe lecticam, & ſellam iacendo, ſedendoue idoneam. Cui ſententiae plane ſubſcripſiſſe uidetur Aetius Amidenus, qui inter geſtationes, ſellas omittens, ſolum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. ſ. in qua lecti ſedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum ſella inſtrumenta quaedam, quibus diuites, ſenes, B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a ſeruis uehebantur, quibusq. medici gymnaſtici ad exercendos ualetudinis gratia tam ſanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo ſolertiſsimum, ſi quando longius ire uellet, modo ſella, modo uehiculo geſtari ſolitum. Narrat ſimiliter Plinius ſecundus, auunculum ſuum Romae ſella uehi ſolitum, ne caeli aſperitas ullum ſtudij tempus eriperet. Vnde iudicari poteſt, ſenes tam in exercendis ſeipſis, quam in obeundis priuatis actionibus geſtationes in ſellis in uſu habuiſſe, perinde ac etiam in languentibus medici eaſdem uſurpaſſe animaduertuntur, in quibus is modus ſecundum Herodotum obſeruabatur, ut neq. minus quinq. ſtadijs, neq. plus quam huius duplum ſimiles geſtationes producerentur, atq. ita ſequenti die ob C ſeruaretur; tertio uero die quinq. ſtadia ſingulis diebus uſq. ad triginta ſtadia addebant. Et ne quis forſan ſuſpicetur, ſellam, atque lecticam idem exſtitiſſe, prae ceteris unum Martialem adducere poſſumus, apud quem obſcurum eſſe nequaquam poteſt, illas diuerſas fuiſſe, cum ait.

lib. 1. chro. cap. 1.

lib. 3. c. 6.

6 d tu. ua. cap 4.

lib. epiſt. 3.

Orib. loco citato.

lib. 10.

*Lecticam ſellamq. ſequar? nec ferre recuſo*
*Per medium pagnas, ſed prior ire, lutum,*

quod ſimiliter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur, Ipſas quoque iam lecticas, & ſellas, quis in publico quoque domeſtice, ac ſecrete habebantur, eierauere. Iam uero ſellarum alias fuiſſe pelliceas, alias oſſeas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo ſciri poteſt.

## *De agitatione per lectos penſiles, & per cunas facta, & de Scimpodio* Cap. XII. D

QVOD agitationem per cunas, & lectulos penſiles, quos duos ſub κλίνης uocabulo a Graecis complexos ſentio, factam inter gymnaſticae exercitationes recenſere uelim, forſan aliquis mirabitur, cum hac tempeſtate cunae ſolis pueris eblandiendis inſeruiant, pauciſſimiq. ſint, quibus medici penſiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari deſinet, ſi Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuſcemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me ſilentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuiſſe non equidem diffiteor, ſed E puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum ſomnum non parum adiumenti praeſtare

Oriba. lib. 6. collec. lib. 3. c. 6. poſſe, ut praeclare ſcriptum eſt ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea ſententia ſignificat, quam cunas ipſas, quas etiam intellexit Celſus, ubi dixit, ſi ne id quidem eſt, uni lecti pedi certe funiculus ſubijciẽdus eſt, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & ſi Oribaſij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorſus falli credo, qui in gymnaſtica medicorũ eas nullũ uſum habere cẽſeant. Quibus ſimilis quoq. eſt exercitatio illa puerorũ, dũ in ulnis a nutricibus geſtantur, quae & a medicis, & a Pla-

7. de repu. tone pro ipſorum ualetudine mirum in modum probatur. Eadem prope eſt tam lectulorum, quam balneorum penſilium ratio. quae omnia quoniam ab Aſclepiade Pruſienſe frequẽter uſurpata apud F Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inſeruiens penes homines auctoritatem adipiſceretur, ſicuti inuentori ſuo gloriam, atque exiſtimationem incredibilem pepere-

lib. 26. c. 3. runt, ita quoq. utentibus multam utilitatem ſimul, atque delectationem attuliſſe rationi conſentaneum uidetur; atque inde emanaſſe, ut poſteriores medici ſimilem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, uel nulli (quod ego ſciam) talium inſtrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum uſum aliquo tempore exſtitiſſe. niſi credamus, antiquos ſcriptores propterea huiuſcemodi res ſcribere neglexiſſe, quia uulgatae, & omnibus manifeſtae eſſent. Quae temporibus noſtris cum a pleriſque ignorentur, opere-

A operaepretium me facturum ſpero, ſi breuiter, quid ſentio, in medium afferam. Nam de lectulis penſilibus, quos primum ab Aſclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuiſſe lectos quoſdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores noſtros etiam argenteos lectos habuiſſe ſcribit Plinius) conſtructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut a terra ſublati aliquantulum quaſi in aere pendere uiderentur. Balnea ſimiliter penſilia a Sergio Orata, teſte Plinio, primum inuenta, non quae ſupra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uolueruut aliqui, ſed nulla alia fuiſſe credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appenſa, quo minimo quolibet manuum impulſu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu B cillum ſcribens nobis manifeſtauit his uerbis. Balnearum ſuſpenſura inuenta eſt: ne quid ad lautitiam deeſſet. His igitur motibus quoſcũq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potiſsimum ſtudebant, ut motum citra laborem, laſsitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas deſideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter ſuauiſsimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea molliſsime blandaq. titillatione quadam ſingula corporis membra tangebant. ſi namq. balnea penſilia ea fuiſſe intelligantur, quae ſupra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam ſecundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De penſili lecto dixit Herodotus, geſtationem in illo tamdiu faciendam eſſe, C quamdiu quiſpiam in ſella geſtatus quadraginta ſtadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiuſdem auctoris ſententiae libentius acquieſco, uidelicet huiuſcemodi exercitationem, quanta eſſe debeat, facile numero definiri non poſſe. quod non tantum in his, ſed & in omnibus alijs ſentio ob uarias, ac diuerſas aegrotãtium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire poſſe, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo penſili ſimile aliud inſtrumentum ueteres habuiſſe inuenio, quod *σκιμπόδιον* Graeci, ſcimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nuſquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti penſilis conſtructum: atque ipſo per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres geſtabantur, ut Dion hiſtoricus demonſtrat, ſcribens, primo Auguſtũ ac Tiberium in ſcimpodijs quandoq. uehi ſolitos; cuiuſmodi mulieres tempore ſuo ge-

lib. 26. c. 3.

lib. 33. c. 11.

lib. 9. c. 53.

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpo D
dio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctũ, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat.

Sat.1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, uehatur*
*Penſilibus plumis; atque illinc deſpiciet nos?*

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. E

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωςοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. id eſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum do F
lib.19.c 10. miſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem receuſſabiis fera Italica nomi-
lib.3 c.6 & lib.5.c.ul. nata, quibus duobus geſtabãtur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

De

A *De Nauigatione, & Piſcatione. Cap. XIII.*

INTER geſtationis ſpecies, quae plures exercendis corporibus extiterunt, nauigationem quoq. repoſuit Antyllus, quem ſecutus Aetius, & poſt eum Auicenna manifeſte eam pro exercitatione habitam demonſtrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio deſumpſerunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis ſententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. niſi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare aſſerit, id quod potius uehementis quam remiſsi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praeſertim gymnaſticas, ſed non admodum 4 Aph. 14.
B uſas inuenio, medicam ſcilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum ſanorum habitus conſeruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium ſanitatem comparandam. ad ſanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Ariſtotele ſcriptum eſt) mare ob placidas aſpirationes ſalubritatem inſignem facit, unde nauigantes ſemper coloratiores exſiſtunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem frequentiſsime inſuetis praeſertim parit, tum uentis ac uaporibus ſiccis exſiccare natum eſt. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropiſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiuſdem magnopere prodeſſe. Plinius uero & phtiſicis, & ſanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis poſt conſulatum ita curati exemplo teſtatus eſt. qui item ab hu- 1 partic. Prob. 54. 3.1. doc. 2. cap. 2. lib. 31. c. 6.
C iuſcemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipſam, ſed propter nauigandi longinquitatem cenſuit; ut etiam eius Nepos Plinius ſecundus Zoſimum libertum ſanguinem reiectantem eo ſe miſiſſe, & confirmatum a ualetudine rediјſſe narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falſo inſcriptus in lib. 1. de re med. ſenſerit phtiſicis utilius eſſe in ſaltibus morari, ubi pix naſcitur, quam in mari nauigare, & marina loca uiſitare. quod etiam traditum eſt a Marcello medico. nam & Galenus ix. de ſimpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixiſſe, poſtea uero morbum recruduiſſe, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obſeruatus ſic ab Herodoto deſcribitur, quod a ſexaginta ſtadijs incipiebant, & in duplum horum deſinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae lib. 5. epiſt. Cap 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum eſt a Plutarcho, eam minus nauſeam producere, quam mare, quod tã odor, quam timor e maris adſpectu proficiſcentes corpora perturbant, atque ſic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipſe inquit) fluminales, uel portuoſae nauigationes, nec non ſtagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. ſenſim corpus aperiunt, & ſalſae proprietatis cauſſa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnaſticos medicos nauigationis uſus, quam pariter bellicae ſtudioſos amplexos fuiſſe diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae ſinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi deſignato repraeſentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum ſecundum aliquos praecipue inſtitutae, quales illae quas ab impuriſsimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile eſt quoq. apud me, huic ſummopere illas inſeruiſſe, ut in ipſis ad naualium pugnarum diſciplinam acquirendam milites exercerentur. atque ad hoc exiſtimandum ea ratione potiſsimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginienſib. mari bellum indicturi milites in nauali diſciplina exercuerunt. ſicuti etiam ſcribit Suetonius, Auguſtum, dum contra Pompeiũ pugnaturus eſſet, in portu Iulio apud Baias a ſe effecto milites in nauali exercitatione tota una hieme detinuiſſe. ut hinc clarũ eſſe poſsit, Romanos exercendis copijs ſuis tam mari, quam terra operam ſemper dediſſe, atq. huius ſtudij gratia naumachias inſtituiſſe, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeſo Tiberium refeciſſe ſcribit Plinius, habuiſſe, uerum etiam locum peculiarem, cuius ueſtigia adhuc manent, quemq. tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, ſicuti uenuſtiſsime Martialis demonſtrauit, ubi naumachiam a Domitiano imperatore editam hoc carmine deſcripſit.

In lib. de cauſſis na.

Lib. 26. c. 3

Lib. 1.

*Si quis ades longis ſerus ſpectator ab Oris,*
*Cui lux prima ſacri muneris ipſa fuit,*
*Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,*

*It*

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
*Non credis? ſpectes dum laxent aequora Martem,*
*Parua mora eſt, dices, hic modo pontus erat.*

Sed ne fruſtra in ſuperioribus dixiſſe uidear, gymnaſticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuiſſe, illud unum ſciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem eſſe oſtendimus, aliquando ſimilem exercitationem locum habuiſſe, at propter ingentem apparatum neceſſarium raro fieri conſueſſe. quod enim Virgilius de Ænea in Anchiſae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exſtitiſſe, aut non ſine ueri imitatione credendum eſt, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, ſi ueri non fuerunt, ſaltem uerorũ imitationes fuiſſe, nemo negabit. Inter nauigationis ſpecies piſcatio non ſine nauigijs facta ſimiliter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnaſticae uicem ſubijſſe uidetur, cum in Rudentis fabula piſcatores ita loquantur, 5. Aen.

B

*Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,*

pro exercitio Gymnaſtico, & Palaeſtrico hoc habemus. quae tamen piſcatio cum a Platone improbata ſit, quod neq. animus, neque corpus in ipſa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnaſtici reiecerunt, niſi quod Galenus ipſam inter exercitationes, quae ſimul opera ſunt, repoſuiſſe uidetur, ſicut & Auicenna ingredientem piſcatorias naues debiliter exerceri cenſuit, quorum ſententias duabus de cauſsis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piſcatio, declarauit, quaſi exercitationem huiuſcemodi non admodum probarent, ſed communem potius quandam ſermonis conſuetudinem ſequerentur; tum quia ipſemet Galenus piſcatorum habitus duros atq. aridos eſſe dixit. cuius ariditatis ratione Ariſtoteles piſcatores marinos pilis rufis praeditos eſſe antea ſcripſerat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere ſtudent, quomodo durum & aridum efficere piſcatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piſcationes ſub ſole, & in locis ſaepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piſcationis laborem medicos parui aeſtimaſſe. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiuſdam gratia interdum piſcarentur, ceu de Caeſ. Auguſto ſcriptum eſt a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita ſcribit: Vſus uiuendi eidem hic fuit, primum ut ſi facultas eſſet, ideſt ſi cum uxore nõ cubuiſſet matutinis horis in lario ſuo, in quo

In ſophiſt. &.7. de leg.

2. de tu. ſan. cap. 8.

C

6 de comp. med. ſm l.

38. partic. prob. 2.

& diuos principes, ſed optimos electos, & animas ſanctiores, in D quibus & Apollonium, & quantum ſcriptor ſuorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuſcemodi deos habebat, ad Maiorum effigies ſacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piſcabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piſcatorij ludi, qui quotannis menſe Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piſcatoribus Tiberinis, auctore Feſto, agebantur; nondum ita certus ſum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnaſticam, cuius ludos fuiſſe diximus, piſcationis exercitium habuiſſe.

## *De Natatione. Cap. XIV.*

MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit ſemper natationis exiſtimatio, tantumque per plura ſaecula illius uſus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri poſſet, quam dum aliquis nec litteras, nec natare ſcire dicebatur, factum fuit, ut poſteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorſus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi conſuetudo permaneat, quando natandi peritia ſi non eoſdem honores obtinet, quibus anteactis ſaeculis afficiebatur, ſaltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulſi maiores noſtri natandi ſcientiam tãti fecerunt, haec una iudicio meo exſtitit, quod primis illis temporibus apud reſpub. quaſcumq. uiri fortes prae ceteris, ut ſcribit Ariſtoteles, honorabantur, quaſi ab his ſolis & ciuitatum ſalus, & imperij propagatio, penderet: & ob id quiſq. uel ſaltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini uſque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in tranſeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confiſi pericula magis euadere poſſent, minusue formidarent, (quando ſaepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam ſuffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri eueniſſe memoriae prodidit Xenophon) ſicq. fortiores inter aquarũ pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiã ratione Romani ueteres, ut Vegetius ſcribit, quos tot bella, & continua pericula militarem diſciplinam docuerant, campum Martium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero ſudorem, pulueremq. diluerent, ac ſimul

[Margin notes: Sect. 17. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4 — De Cyri minoris expedi. — lib. 1. de re mili. c. 10.]

E

F

A mul natare perdiſcerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile ſit iudicatu, militarem gymnaſticam natandi exercitatione non caruiſſe. Ceterum poſteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes uſurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conſeruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnaſticis ipſam probatam fuiſſe Antyllus teſtatũ reliquit. quod item ſenſiſſe uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana ſebre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, ſi uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribaſij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro poſtea decimo fuſiſsime ſcripſit ſeparantis, ipſa quoq. ratio perſuadet, nempe quia in huiuſcemodi motione inſigniter uni- 7. collec.
B uerſum corpus & mouetur, & laborat, ut Ariſtoteles aliquando eam curſui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis ſui in aquis γυμνάδικας παιδιὰς facere conſueuiſſe ſcripſerit. Quo pacto uero ſimilis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatiſsima ſilentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxiſſe, & frictione corpora praecalfeciſſe, deinde e ueſtigio in aquam ſe proijcere debere uoluit, quaſi omnes ſanitatis gratia natantes eas regulas obſeruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obſeruaui, aliquando in ipſis gymnaſijs, ſiue priuatis balneis, aliquando extra eſſe factam. In gymnaſijs adhuc duobus modis natabant, uel in piſcina, quam in frigidario fuiſſe ſuperius demonſtrauimus: (tametſi piſcinas apud Varronem, & alios Latinae 13. partic. Prob. 3. 4. De locis affect. Oribaſius lib. 6. c. 27.
C linguae auctores proprie loca piſcibus alendis, & ſaginandis dicata ſignificare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uiſuntur. Quod in piſcinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thaſio lapide aliquando circũdatas fuiſſe tradit Seneca, natarent, omnium clariſſime oſtendit Caecilius Plinius, qui in Epiſt. lib. 2. uillam ſuam exactisſime depingens de balneis eius ita ſcribit. Inde balnei cella frigidaria ſpatioſa, & effuſa, cuius in contrarijs parietibus duo baptiſteria ueluti eiecta ſinuantur, abunde capacia ſi innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocauſtum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam ſumptuoſae. Sed hoc clarius explicat lib. 5 ubi Tuſcos ſuos deſcribens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptiſterium amplũ, ſi natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus ſatis apertum Epiſt. 7. & 13. lib.

 eſt,

eſt, in gymnaſijs ſiue balneis ueteres nare ſolitos, atq. in frigidarij D
baptiſterio alias piſcina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptiſmo, & de qua exiſtimo locutum Galenum dum in 7. Methodi ſiccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocẽs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις, idest, in piſcinis natando inſtitutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piſcinam interdum in area gymnaſiorum aedificatam credo, ut teſtatur Plinius loco nunc citato, in quo poſt dicta
» uerba ait. In area piſcina eſt: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiuſdam inſulſi importunitatem deſcribens dixit,

*In thermas fugio, ſonas ad aurem,*
*Piſcinam peto, non licet natare.*

ni uelimus Martialem potius de publica piſcina locutum eſſe, quã fuiſſe Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento ſub E
porticu Capitolina intelligere poſſumus, ubi Vici publicae piſcinae clara mentio habetur, de qua ita Feſtus Pompeius. Piſcinae publi-
» cae hodieq. nomen manet, ipſa non exſtat, ad quam & natatum, &
» exercitationis alioqui cauſſa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
» Pro obtuſo ore pugil, piſcinenſis res eſt. De huiuſcemodi piſcinis
» ſcriptum eſt a Dione Maecenatem omnium primũ in urbe aquarum calidarum natatoria inſtituiſſe. Quod uero in labris illis ſimiliter natarent, uel ſaltem natantium inſtar mouerentur, conijcio cũ ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piſcinis gymnaſiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiã in arthriticis curandis natationem minime ſub dio factam, nec non F
feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonſtrat, primum in locis clauſis & etiam apertis, qualis erat areae piſcina, alterum tã in aqua calida, quam frigida natari ſolitum, unde elicio natationẽ feruentem ſolum in labris factitatam. ꝙ ſi Plinius in locis paulo ante citatis piſcinae calidae mentionem fecit, ſub hiſce uerbis, Cohae-
» ret piſcina calida mirifice ex qua natantes mare aſpiciunt, de calefa-
» cta ui ſolis, & maritimo ſitu potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba feciſſe uidetur. Quae extra gymnaſia, ſiue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latiſsimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipſo mari agebatur. de quibus ſermonem habens Ariſtoteles, dixit, melius in mari,
23. partic. Prob 11. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae ſuae corpulẽtia craſſitieq. maiora, quam dulces aquae

ſuſti-

A ſuſtinet onera,ita facilius corpora hominum eleuata tenet,& conſequenter minus illa penetrare poteſt,cum dulces aquae ob tenuitatē ſuā citius & leuius illabātur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando conſtruebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur,ſicuti legitur apud Ioannem Euangeliſtam de Ieſu Caeco,dicente,ὕπαγε,εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ,καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres tranſtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, ſanisq. corporibus exercendis & conſeruādis uſitatam fuiſſe,iam ſatis patet:quando item Ariſtoteles ſcripſit natantes in mari ſalubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo,plerumq. ob delectationem, & ad ardores & ſiccitates temperandas homines natare conſueuiſſe,cuius gratia in aeſtate dumtaxat natari ſolitum fuit. Cap. 9.

B

## *De Venatione. Cap. XV.*

PRAECLARISSIMA extat Galeni ſententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utiliſsimam uideri,quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco ſapientiſſimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt,in qua mirifico quodam modo labores uoluptate,quaſiq. laudis cupiditate ita temperantur,ut facile iudicari non poſſit,maior ne ſit corporis,an animi motus. Accedit huic, quod natura ipſa, quae animalia cuncta hominis cauſſa produxit, uenationem quaſi praecipere,& acceptam habere,ut ſcripſit Ari- In lib. de ludo paruę pilæ. 1. Polit.

C ſtoteles,uidetur,quum in ipſa proprias poſſeſſiones acquirere conetur,ſpectaculumq. nullo ſcelere contaminatum exhibeatur, ſed ſimul & corporis robur & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nō uidet,quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus,iiſq. ualidis,& ſanis conſeruandis uenationē tantopere aeſtimarunt, cuius nimirū ſtudio antiqui illi medicinae parentes Chiron,Machaon,Podalirius, Aeſculapius uſqueadeo,ſicut refert Xenophon,arſerunt,ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, ſibi impendendum quotidie putarent. In libro de ven.
Neq. uero ſolam medicinae gymnaſticam huiuſcemodi exercitationem,ſed bellicam quoq. & athleticam recepiſſe,probaſſeq. credendum eſt; ſi quidem uel delectationem,& gloriam,quarum gratia athletae laborabant,uel militarem peritiam & fortitudinē,quibus bellicae gymnaſticae exercitatores inuigilabant,ſi ſpectemus,

cumulatiſſime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praeſertim, quod non in auibus decipiendis, ſed in terreſtribus animalibus ſine dolo capiundis laborioſe uerſatur, de quo magis noſtram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne ſine illuſtrium auctorum teſtimoniis hanc ſententiã audacter nimis proferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnaſtica uenandi exercitatione uſa ſit, iam inceptam uiam inſequens demõſtrare conabor. Quod enim illa bellicae fortitudini aſſequendae maximum adiumentum praebere putaretur, locupletiſſime teſtatũ fecit Plato, qui poſtquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi diſciplinam in tres ſpecies, aquatilium ſcilicet, uólatilium, & terreſtriũ animalium diſtinxiſſet, improbatis aliis duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
» ſtriũ uenatione in fine 7. de legib. ita cõcludit. *πεζῶν δὴ μόνον θή-*
» *ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων* E
» *αὖ, κατὰ μέρη νυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ'*
» *ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπό-*
» *νου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρείων ῥώμην, μόνη δή πᾶσι*
» *λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν*
» *θήρα σώμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς*
» *αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές*. ideſt, Solũ
» itaque terreſtrium uenatio, capturaue, athletis noſtris reliqua eſt,
» atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
» cturna uocata perſequitur, ſegnibus conuenit, nullamq. meretur
» laudem, ſicuti nec illa, qua laborum intermiſſiones habens retibus,
» & laqueis non laborioſi animi uictoria ferarum robur euincere co
» natur. unde ſolam illam optimam eſſe relinquitur, in qua homines
» quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenãtur, quos F
» omnes ſuperant illi, qui fortitudinis diuinae poſſeſſionem curantes
» propriis manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
» ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipſo nũcupata, uenationem dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipſe ſub *ἀθλητῶν* nomine comprehendat, ſuperius indicauimus. Euidẽtius, quam Plato, locum hunc explicaſſe uidetur Xenophon, qui
» de Cyro in eius paedia ita ſcriptum reliquit: *τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνε-*
» *κα ἀσκήσεος ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆ-*
» *ναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ*
» *ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην*. ideſt, Exercitationis autem bellicae gra-
» tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi
» ſtimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum optimam,

A mam,& equeſtris uerisſimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere cenſuerit. unde poſtea in lib. de uenatione iuuenes ad capeſcendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum q corporibus bonam ualetudinem comparat: tum q eos ad bellum maxime inſtituit; ſtrenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Ariſtoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi ſtudium conducere uoluit, quinimmo illud ipſius partem manifeſta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio ſuperſit, quin inter ceteras militari gymnaſticae inſeruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuiſſe debeat. Quod uero nec athletica profeſsio huiuſce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus ſaepenumero repraeſentatae & apud Latinos ſcriptores mirum in modũ celebratae demonſtrant: quae licet ab hac noſtra multum diuerſae fuiſſe appareant; illius tamen ſpeciem praeſeferebant, nempe cum beſtiarij, atq. alij mortis ſupplicio condemnati eo prorſus modo aduerſus feras uſq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare conſueuerunt. De medicorum gymnaſtica, quod ſcilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non conſtare arbitror, quando, praeter Xenophontis ſententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corpori ſanitati inſeruientes eam repoſuit, ludoq. paruae pilae in hoc ſolum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus ſanum conſeruaſſe inſinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditisſimi teſtimonium ſufficere poteſt, apud quem legitur, contigiſſe in quadam peſte, ut, dum omnes fere perirent, ſoli uenatores ob ſummam ualetudinem asſiduis exercitationibus partam incolumes euaſerint. ne ſilentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionyſius Syracuſanus acceptus, ſe cibis appoſitis delectari negauit. cui ſtatim reſpondit coquus, ideo illud eueniſſe, quia nec in uenatu, nec in curſu laborauerat, & ideo ſiti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, ſi Mithridatem, quem uſq. adeo ſanitatis, & uitae ſtudioſum fuiſſe ſcimus, uenationi ita auide operam dediſſe legimus, ut ſeptem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto uſus ſit. Ergo manifeſtum cuiuis iam eſſe poteſt, quantum in exercendis pro ualetu-

[Margin notes: lib. 1. poli. cap. 5. — B — 2 de tuen. ſan. — In libro de ludo paruae pilae. — C — lib. 5. epiſt. — in. 30. contract. 13. c. 3.]

letudine corporibus uenatio apud ueteres aeſtimata fuerit. cuius D
cum multae eſſent ſpecies, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui-
ſco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus,
ſagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-
lib.25.c.5. ro inficere conſueuiſſe tradit Plinius, quia circumciſo uulnere ca-
ro tenerior ſentitur: aliae armis modo in uolatilia; modò in terre-
ſtres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores exiſtimatas arbi
tror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam
equis uecti feras canibus, & armis inſectabantur; nempe quas tum
corpora magis exercere, tum ſenſus omnes acuere, tum maiorem
animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem,
quae cum accipitribus & aſturibus aduerſus aues hiſce temporibus
exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
9. d his. aĩa quod, licet Ariſtotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
ium. c. 36. quae olim Cedropolis uocabatur, homines ſocietate accipitrum
per paludes aucupari conſueuiſſe; nihilominus genus illud uena-
tionis noſtrae ualde diſsimile fuiſſe uidetur; quandoquidem illi ip-
ſi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant,
unde aues ob ſtrepitum excitatas euolantesq. accipitres deſuper in
ſectabantur, quorum metu aues perculſae terram repetebant, ibi-
que percuſſae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes
accipitribus diſtribuebantur; noſtrum uero accipitribus, atque aſtu
ribus edoctis peragitur. quod antiquos ignoraſſe & Conſtantini
Imperatoris aetate inuentum eſſe, inſinuat Iulius Firmicus: ſicut
etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam in-
ſtructis, & retibus aduerſus qualeas, perdices, & faſianos exercetur.
Sed de his ſatis. F

*Explicit Liber Tertius.*

# ARTIS GYMNASTICAE LIBER QVARTVS

*De ratione agendorum, & de exercitationis uſu.* Cap. I.

CVM gymnaſticae originem, eiusq. ſpecies, & ſpecierum (ut ſic dicam) ſpecies ab antiquis traditas, ac in uſu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis noſtrae inſtitutum relinquitur, prius uniuerſales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non mo-
B do ſingula cognoſcere, uerùmetiã uti unuſquiſq. poſſit: deinceps ad particularia & magis propria tranſeundũ erit, ut in ſingulis exercitationibus, quid boni, & quid mali reſideat, faciliter pernoſcere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuiſſet profecto inanis prope labor, ac uanum ſtudiũ exercitationes uſq. adeo apud ueteres celebratas perueſtigaſſe, niſi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnaſtam & condiderunt, & in quotidianum medicorum uſum eduxerunt, perſpecta & clara haberent illi, quibus haec noſtra lectitare, ijsq. ad ſanitatis profectũ non oſcitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elaborandum eſſe cenſeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita ſecutus in omnibus quidem artibus, ſed praeſertim in medicina uniuerſales methodos parum iuuare clamat, niſi particu-
C larium tractationes, ac indiuiduorum ſpeculationes acceſſerint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum ſimilitudines ac diſſimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro ſcripſit Plato, principium ſumit, probe diſcernantur. Hanc igitur ab antiquis philoſophis, atque medicis laudatam uiam incedẽtes, tractandorum omnium ab ipſius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis eſſe, atque omnem motum neceſſario differentiae nonnullae ſequantur, nimirum uehementia, remiſſio, celeritas, tarditas, & ſimilia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendũ eſt, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipſius motus menſura, atque modus ex neceſſitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male ſenſerunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem

conſe-

conſequentes declarabimus: ſecundo, quae ſint corpora exercita- D
tionibus apta, & quae inepta, demonſtrabimus: tertio, qualis eſſe debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conſeruandae ualetudini ſtudent: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; ſicuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis ſpeciem perferunt, ita ſimiliter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicũque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, niſi menſura exercitationis praeſcriberetur; ideo quincto ſubiungam, quantum exercendum ſit. Addam & ſexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque ſic ad particularium exercitationum qualitates examinandas deſcendens nihil relinquere conabor, quod in
1. de dieta. hac materia iure deſiderari queat, & quod ab Hippocrate, ſiue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu neceſ- E
ſariũ poſitum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum eſſe iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri ſumus, tanti in uniuerſo exercitationum negotio momenti exſiſtere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare ſcriptum eſt a Ga-
2. d tuua. cap. 7. & lib. de cibis bo. & mat. ſuc. leno, opportune ac prudenter adminiſtratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commiſſos emendare, prorſusq. delere natae ſunt, ueluti M. Tullio contigiſſe fertur, quem mala ſtomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis ſui habitum roboraſſe ſcribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina ſe ualidum
In eius uita. reddiderit. Contra, ſi eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis a natura conſtitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorſus deſtruunt: uerumetiam plurima, ac ſaeuiſſima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam ſanam traducere, nullisq. medicamentis indigere poſſent, ijdem ob exercendi negligentiam quaſi perpetua infirmitate crucientur, aſſiduisue medicamentis opus habeant. F

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in ſanis damnabant, & de exercendi neceſſitate, ac commoditate. Cap. II.*

SI igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exſiſtunt, magnopere coarguendi ſunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias ſententias diſſeminare non erubuerunt. Hos etenim in tres ſectas antiquitus partitos, eſſe ſcribit Galenus, quorũ alii quaſcũq. exercitationes ueluti ſanitati potius noxias, quam utiles penitus ſuſtulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes aſſuetos ſolum exercendos iudicarunt, inaſſuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re- 5. d̃ tu. ua. cap. II.
B cenſere, & refutare operaepretium duco, ne ſi uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel ſi irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tãquam ſanitati cõducentia interdum accipiantur. Eraſiſtratus itaque, Praxagorae, & Chryſippi in medicina ſucceſſor, necnon Aſclepiades Pruſienſis magnae auctoritatis medicus inter alias abſurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & ſanguinis miſſionis uſum in infirmis abrogandum crediderunt, in ſanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre ſtatuerunt, atque ad hoc poſtremum aſſerendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod ſanitas in humorum omnium iuſto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata ſumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-
C cat ſomnus, magis perficitur, a motu qualis eſt exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipſa deprauata neceſſario humorum harmonia, & ideo ipſa ſanitas deſtruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem ſibi adnexum obtinet, labor ſicuti naturae noſtrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam ſanus homo priuari debet, e medio tollit, atque ſic ſanitati potius obeſt, quam proſit. Tertia ratio erat, per eadem ſanitatem praeſentem conſeruari, per quae amiſſa recuperatur, unde cum deperdita ſanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conſeruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & conſequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo ſanitatem corrumpere, & non conſeruare nemo dubitat, cum ipſa in moderato calore & in commenſurato natiuo humido

midò tota conſiſtat. addebant inſuper, multos diu in carceribus de- D
tentos ſanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare poſſunt, atque inde apparere ſanitatem abſque exercitationibus conſiſtere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis ſanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris perſuadere conati ſunt. ſed eos uehemēter aberraſſe, omnes plane confitebuntur, ſi & exercitationis neceſſitatem, & naturam, utilitatemue penitus conſiderare uoluerint. Nam cum a corporibus noſtris continuo effluant corpuſcula, quae niſi inſtaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, ſemper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in ſubſtantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae niſi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo E
temporis tractu uſque adeo accumulari, ut calorem naturalem ſuffocarent; quod praeuidens ſagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cū non ſufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias ſudoribus, alias ſenſibilibus, & inſenſibilibus exſpirationibus a nobis ſeparemus. alioqui ſi otio, & torpore huiuſcemodi excrementa retineantur, periculum eſt, ne innumerae morborum exitialium ſpecies generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete deſtrui; ab exercitationibus uero, & motibus conſeruari; quod forſan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi ſanae uitae traducendae
6.epid.cō.4 rationem breuiter exponens, ita ſcripſit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc ſanitatis conſeruatio col- F
locatur, ut ſatietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti uſu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robuſtior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores
2.de dieta. euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, ſiue Polybus, ἄνθρωπος ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod ſcilicet homo, qui comedit, minime ſanus uiuere poteſt, niſi laboret. Sed ne Eraſiſtratum, atque Aſclepiadem gratis refutare uideamur, quales ſint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, ſanitatem in humorum aequalitate ſitam eſſe, atque hanc aequalitatem ab optima ſuccorum generatione, & concoctione conſeruari; dicimus tamen concoctionem ipſam & a quiete effici, & ab exercitatione opportune,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē ſi, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere ſuperfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & ſic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae ſuccorum optimā concoctionem non ſuggerant, ſimulq. ſanitatis conſeruationi non ualde conducant, non uideo. unde ſi motum intempeſtiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis aſſentimur; at ſi motum tempeſtiuum, qualem exercitationem medici antiqui eſſe definierunt, idem efficere adſtruxerunt, in aperta falſitate uerſari eorum dogmata cuiuis perſpectum eſt; eo magis quia exercitatis profundiores ſomni contingunt, quibus poſtea meliores concoctiones perficiuntur: ut non ſine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-

B ercitationi deditos, nempe quibus profundi ſomni a laboribus eueniant, & tales deinde ſomnos optimae concoctiones ſequantur. Quod porro in ſecunda ratione aſſerebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem ſanitati coniunctam, ipſamq. ſanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem eſſe decreuimus, laborioſam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, ſanitatem interdum cum aliqua moleſtia poſſe permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis eſt moleſtia exercitationi aſſociata, quae momentanea eſt, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a ſuperfluitatibus libe-

C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Ariſtotelis ſententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philoſophus adductus carnium uſum ad ſanitatem damnauit, reſpondemus falſum omnino eſſe, quod per eadem praeſens ſanitas conſeruetur, per quae abſens recuperatur; quoniam etiam ipſe Aſclepiades, & Eraſiſtratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celſus, & Plinius teſtantur, multos affectus curabant, quam ſanitati conſeruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. ſequaces experimentis infinitis medicamenta ſanitatem recuperare, ſi opportune ſint adhibita, comprobarunt; at iidem ſanos non modo a medicamentis nō iuuari, ſed ſanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde ſatis patet, propoſitionem, quam aſſumpſerunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, ſi omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

In proble. ſect 5.

In. 2. de abſti. ab aīalibus.

Libr. 1. in prooe.

lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum ſibi debitum hoc eſt mediocritatem tranſire, & conſequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuerſus ſanitatis ſtatus dependet, exhauriri; at eam ueram minime eſſe facile conuincetur, ſi exercitatio debite adminiſtrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, conſideretur; quae tametſi calorem natiuum augeat, ſuperfluosq. humores inaniat, ſi tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonſtrabimus, tantum abeſt illam natiuum humidum conſumere, aut ſanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores diſſipando, ſuperfluitatesque abradendo, quae ipſum humidum turbare, ac inficere poſſent, idem conſeruet, & ſimul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra ſolidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenuſtiſſime Galen. carnes utentium exercitatione *τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι*, ſiue caſeis iam exacte coagulatis, & non utentium *τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις*, ſiue adhuc coagulationem ſubeuntibus adſimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus concluſos ſine ulla exercitatione ſanam uitam degere, ſi intelligant ſine exercitatione proprie dicta, quam uehementem motum eſſe definiebamus, uera dicunt, & nos quoque aſſentimur: at ſi de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit ſententia, dicimus in carcere concluſos uel frictione, uel aliquo alio motu fuiſſe uſos; alioqui ab omni motu penitus deſiſtentes, impoſſibile eſt, ut multo tempore ſani uiuant, quando quotidie ea ratione quam plures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione naſcentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laeſas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod ſi qui reperiuntur, qui in carceribus ſine ulla exercitatione degant ſani, illi per quam rari ſunt, & uſque adeo ualida corporis conſtitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obſiſtant. Neque putandum eſt, huic ſententiae noſtrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is peſtiferam illam in Thaſo aeris conſtitutionem deſcribens, prauosq. in illa genitos morbos recenſens, dixerit: *Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστραν, καὶ γυμνάσια πλείστοισι.* ideſt, Fiebant autem haec adoleſcentulis, iuuenibus, aetate florentibus; atque horum ijs, praecipue, qui in palaeſtris, & gymnaſijs exercebant-

com. 3. de artic. aph. 1.

6. coll. cap. 2.

1. Epid. cō. 1. aph. 11.

D E F

ceban-

A cebantur. quoniam ſi recte uerba auctoris uetuſtiſſimi examinentur, dictis noſtris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis reſtitiſſe, atque feliciori ceteris ſucceſſu euaſiſſe. Itaque nulli iam obſcurum eſſe arbitror, quam grauibus in erroribus uerſarentur illi, qui (audacter ne magis, an inſolenter, an quod nouarum opinionum ſtudioſi eſſent, ignoro) exercitationem ſanitatis conſeruationi nullam opem praeſtare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praeſtantius auxilium pro tuenda ſanitate reperiri ipſa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune adminiſtratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Perſae, uſq. adeo turpe reputarunt aliquos ſpuere, emungere, & flati B bus plenos uideri, quaſi ſic (ut ſcribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis conſumere. Lib. I. Cyr paed.

### *Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi ſentiebant. Cap. III.*

REFVTATA eorum falſa opinione, qui exercitationem corporis ad ſanitatem nihil conducere aſſerebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes eſſe cenſuerũt: quos praedictis meliorem ſententiam habuiſſe & ratio ipſa, & Galeni auctoritas perſuadent. Iſti etenim animaduertentes, Hippocratem 5. de tu ra. cap. II. C hanc indefinitam propoſitionem enunciaſſe, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepiſſe, ut omnes homines ante ciborum ſumptionem ſeſe exercerent: ad haec ſententiam ſuam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi atteſtari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in uſum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifeſtatur, ſicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in uſu poſitas ſanitatem bonum excellentiſsimũ praeſtare, nemo negat: alia ratio, qua moti iſti in ſimilem opinionem deuenerũt, fuit, quod ſi omnes homines neceſſario excrementa generant, quae cõtinuo expelli neceſſe eſt, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ

conſopirent, peſſimosq. morbos citra controuerſiam progignerēt, D atq. huiuſcemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, diſflaturue; conſentaneum rationi plane uidetur, nullū reperiri poſſe, qui exercitatione ad educendas quotidianas ſuperfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem deſiderare; addebant inſuper, quod ſi aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio eſſent illi, qui natura corporis imbecillimi ſunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoſcumque ab ijſdem iuuari, & iccirco illis uti debere conſequens eſt. His ergo rationibus perſuaſi cunctis paſſim hominibus ante cibum ſaltem iniungendas exercitationes eſſe praedicabant: ſed & ipſi apertiſſime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones uſq. adeo

2. de tēper. diuerſae ſint, ut neminem inuenire (ſicut ſcripſit Galenus) alteri ſi E milem prorſus liceat, ſintq. quibus medicamenta noceant, quibus

6 Epid. cō. proſint, quos immodicus coitus, ſiue λαγνεία ſecundum Hippocra

5. aph. 21. 1. partic. tem, Ariſtotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, &

Prob. 51. ſic de ſingulis; pariter rationabile ſit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monſtrabimus, & proinde uniuerſale illud praeceptum non ſine ingenti diſcrimine eſſe. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam ſibi fauere

5. de tu. ua. cap 11. ſunt arbitrati, haudquaquam (ut bene ſenſit Galenus) inſinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi ſermonem habuit: quaſi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem cenſuerit, exercitationem haud cunctis prodeſſe in libro de graſſantibus morbis palam teſtatus eſt, ubi cali- F das naturas quieſcere debere cenſet. Ratio uero prima, qua ſententiam ſuā adſtruebant, licet uera ſit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: ſi quidem homines a natura profecto ad motus ſimpliciter inclinantur, & nullus eſt, modo ſanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nūquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos ſub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus ſanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, reſpondemus excrementa continuo in corporibus noſtris collecta neceſſario eſſe tollēda, at quod ſolis proprie dictis exercitationibus huiuſcemodi exinanitio peragatur, falſum

A ſum omnino eſt: quando balneum, frictiones, inſenſibilis tranſpiratio, geſtationes citra motus ullam uehementiam ſimili euacuationi perbelle ſatisfacere poſſunt, quemadmodum appoſitiſſimis Primigenis & alterius cuiuſdam exemplis demonſtrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abſtinentia, ſoliusq. balnei uſu ſe liberaſſe, ſanosq. conſeruaſſe teſtatur. quod uero poſtremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoſcumque etiam requirere, dicimus aſſumptum uerũ eſſe, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nõ parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem ſui ipſius exemplo probat, natura infirmiſſimos, ſi exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, ſed inexercitatos, & poſt Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxiſſe, & quaſi nouum corporis, ac meliorem habitum regeneraſſe ſcribit: attamen conſequens falſum eſſe confitemur, neque enim ſequitur, imbecillimi exercendi ſunt, ergo omnes alij; ſi quidem calidi & ſicci immoderate, tametſi non ſint imbecilles, cauſſis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non ſunt, quae exercitationem inhibeant, ſed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorſus noxias eſſe indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime deſiderare, atq. illos, qui hoc aſſeuerarunt, toto caelo aberraſſe; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaſlibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini ſano negari poſſe fateamur, quando nihil ſanitati tam hominum, quam brutorum aeque per C niciosũm, & letale inuenitur, atq. cuiuſlibet motus ceſſatio, conſumatumue otium, quibus non tantum uniuerſus corporis habitus inſigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates ſuperuacuae creſcunt, moleſtusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & ſubinde non raro exitiales morbi naſcuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offenſionem perducunt.

5. de tu. ua.

In li de dictis, & factis Socra.

2. de tu. ua.

lib. de cibo bo & ma. ſucci

lib de cau. morborũ. li. 2. de ſia.

*Redarguuntur, qui aſſuetos ſolum exerceri nolebant. Cap. IIII.* D

Restat falſa eorum opinio condemnanda, qui aſſuetos ſolum exerceri debere, inaſſuetos minime exercendos eſſe iudicabant. quorum ſententia tametſi ſpeciem ueritatis quandā praeſeferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorſus errore uacat, dum aſſuetudini nimium tribuere, quaſiq. ſupra naturae condiciones illam ſtatuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuſte refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam ſententiam iuerunt, & errata, quae commiſerunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici poſſit. Iſti itaq. cum legiſſent apud medicorum principem Hippocratem, eos, qui conſueti ſunt ſolitos labores ferre, etſi fuerint imbecilles, & ſenes non conſuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore conſueta ſunt, etſi deteriora ſint, inaſſuetis minus incommodare, aſſeueranter pronuntiarunt, neminem inaſſuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, ſed dumtaxat aſſuetos, nempe quos partes exercitatas robuſtiores habere, & propterea laboribus ſine damno reſiſtere experientia demonſtrat. addebant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuilibet rei inſueſcūt, magna ex parte naturae ſuae conuenientem conſuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus aſſueti in illis tamquam ſibi familiaribus conſeruari debent: qui uero quieſcendi conſuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto ſunt remouendi, quaſi tales experti ſint ab exercitationibus ſe ipſos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philoſophorum, & medicorum placita conſuetudo in naturam tranſit, & icirco non ſecus conſuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduerſus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod ſi conſueti quieſcere longo tempore ſani ita uixerunt, uериſimile fit, in eadem quiete reliquum uitae curſum ipſos ſanos peracturos; ex aduerſo uerendum eſſe, ne iidem aegritudines diuerſas incurrant: ſiquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipſi conſequentia in contrarium ſtatum permutari, neceſſarium uidetur. Huiuſcemodi ergo rationibus inducti, iſti conſtanter affirmarunt, conſuetudinem non debere mutari, & ideo ſolitos exerceri exercendos eſſe, & ſolitos quieſcere in quiete permanere debere.

2. Aph. 49. 50.

E

F

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam ſententiam ſecuti ſint, attamen neque ipſi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inaſſueta tranſeundum eſſe iudicauit, ne quando ad illa deſcendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agẽdum eſt, quando illa, quae conſueta ſunt, nimis pernicioſa exſiſtunt, qualis eſt conſumata ab exercitationibus ceſſatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo ſenſu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, aſſentiri cogimur, aſſueta inſolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad inſolita quandoq. tranſeundum ſit, & praeſertim cum aſſueta ualde praua ſunt, & inaſſueta multo meliora. Primae itaque rationi reſpondemus, aſſumptum falſum eſſe uniuerſaliter intellectum, quoniam ſicuti multi conſuetudinem naturae eorum cõuenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti ſtudijs, uel prae nimia ſtupiditate ſeſe laedi non ſentientes, in malis conſuetudinibus & naturae ipſorum inimicis perſiſtunt; quemadmodum faciunt quieſcendo & aſſueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non ſentientes offenſionem ei aſſueuerunt; non autem quod eam tamquam ſibiipſis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad ſecundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & conſuetudinem parum differre; haud tamen ſequi ex hoc, quod numquam conſuetudo mutari debeat: quandoquidem ſi medici naturas prauas, ideſt naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut ſanitatem, & habitum bonũ corpori ingenerent, cur item peſsimae conſuetudines ab illis in ho C neſtiores, & ſalubriores permutari nequeant, ignoro; eo praeſertim quod facilius exſuuntur, quae cõſuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi conſuetudo pernicioſa eſt, quia (ut dicebat Celſus) poteſt incidere laboris neceſsitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis conſuetudinibus perſiſtunt, tametſi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inaſſueta deteriora non turbare, ſed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in ſimilibus conſuetudinibus uitam ſanam traduxerint: quoniam ſicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali ſucci uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occaſione peſsimos morbos incurrunt, ſimiliter quoque in peſſimis conſuetudinibus perſeuerantes ſaepenumero

2. Aph. 56.

Lib. 1. Cap. 3.

2. de alim.

intus malos habitus concipiunt; quos per aliquod tempus non per D
cipiunt, quouſque humores praui otio nutriti & ſupra modum au
cti incurabiles, & moleſtiſsimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum eſt uniuerſis ſanam uitam optantibus, ut malae conſuetudini innutriti minime ſe uoluptate, atque damni ignorantia decipi ſinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς ſtudeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua moleſtia permutandas eſſe, pernicioſas conſuetudines, quam in illis cum delectatione perſiſtendum. Atque haec pro male de exercitationibus ſentientium refutatione dicta ſufficiant. Tempus modo eſt, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonſtrare: ſed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut ſupra promiſimus, ipſiusq. tractationis ordo expoſtulat, exercitationum breuiter percurremus. E

*De exercitationum differentijs.* *Cap. V.*

QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem ſpeculari, & ſcriptis tradere aggreſſi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρα-
3 de tu. ua. σκευαστικὸν γυμνάσιον ſiue praeuiam exercitationem, al
ca 2.11.12. teram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam ſimpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia ſiue praeparatoria exercitatio ſecundum Galeni interpretationem erat motus quidam in menſura intra modum, in qualitate ipſa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus ſimilibusq. alijs per- F
agebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum poſt uenerem utebantur, quamuis
3 de tu. ua. etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes,
cap 8. quod proprium athletarum fuiſſe ſcribit Galenus, ne ab immodi-
2. de tu. ua. ca quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cõtrarium
cap. 3. 3 de tu. ua. abſque medio ſubitus fieret tranſitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercita-
cap 12. tio alia ut pars exercitationis, alia ut ſpecies a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum ſubinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuſcemodi motibus factus, qui tum emolliendis exſiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus poſt grauiores exercitationes, poſt uigilias, poſt maerores inſeruiebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur; quoniam fere ſemper poſt magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico tranſgrederentur, ipſam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpoſitam quietem medium inter exercitationem ualidam, & conſummatam quietem teneret. Porro exercitatio ſimplex apud medicos gymnaſtas multas differentias habuiſſe legitur, alias ab extrinſecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipſius tum quantitate, tum qualitatibus deſumptas: quae ab extrinſecis accipiebantur, plerumque a loco nomen ſortiebantur, quando uel ſub dio, uel ſub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane ſiccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab B utendi rationibus acceptae huiuſcemodi exſtiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermiſſus, & ſi continuus, aequalis, uel inaequalis; ſin intermiſſus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel ſine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; ſimiliter agebatur uel ſine oleo, uel cum oleo, atque ipſo alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipſius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales ſunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus deſumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam ſi uis magna erat, magna exercitatio; ſin parua, parua; ſin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- C uenio; quod aut in breui tempore multum ſpatij metiebatur exercitatione, ſiue breue ſpatium ſaepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis curſus, umbratilis pugna, achrochiriſmus, luſus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaeſtris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui ſpatio inſumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre ſpatium, ſiue breue pluries mouendo peragebatur, ſicque mediocris exercitatio euadebat: praetetea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον ideſt uehemens, robuſtaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, diſcum mittere, ſine intermiſsione ſaltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

2. d tu. ua. cap. 12.

2. d tu. ua. cap. 8.

2 d tu. ua. cap. 8. & cap. 10.

ra celeriter agitari; alia ſine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D
ideſt ualens exercitatio uocabatur, ſicuti ſodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis ſimul coercere, funem manibus apprehenſam ſcandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus ſexto popularium morborum ſcripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remiſſa ſiue ἔκλυτος uocabatur, alia ſine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς ſiue languida aut imbecillis dicebatur; ex quibus duobus generibus erant uectationes in ſellis, lecticis, nauibus piſcatorijs, & ſimiles geſtationes: alia neque uehemẽs, ualens, remiſſa, languida, ſed harum omnium media erat, mediaq. E
& mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuiſſe exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & ſimplicem; ſimplicium alia ſub dio agebatur, alia ſub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in ſicco, alia in horum medio; praeterea aut erat perpetua, aſſiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermiſſa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut ſine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut ſine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & ſiue uehemens, robuſtaque, ſiue ualens, aut parua, & uel remiſſa, uel languida, & imbecillis, aut media. Superſunt modo dubitationes duae ſoluendae ex dictis no F
ſtris ſubortae, prima eſt, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remiſſam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertiſſime ſcriptum reliquerit, non omnem motum eſſe exercitationem, ſed uehementiorem. Secunda eſt, quod inter ceteras exercitationes Fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem ſimpliciter, ſed exercitationem ſimul & opus eſſe iudicauit. Primae dubitationi facile reſpondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuiſſe partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem eſſe definiuiſſe, ſed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo ſententia noſtra illius ſententiae repugnare uidetur. ſed ſi quis adhuc a nobis ſciſcitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis & huiuſcemodi, huic ita ſatisfactum iri uolumus, exercitationẽ propriam,

quam-

cõ.1.aph.6

1. d tu. ua. cap.1. & 2. aph cõ.16.

A quamquam ex ſe uehemens motus ſemper exſiſtat, nihilominus alteram alteri, atque etiam ſibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robuſtam nuncupari. Nam luſus pilae magnae, & lucta ſunt propriae exercitationes, quae ſi alias remiſſius, alias intenſius ab eodem agantur, nunc magnae & intenſae, nunc paruae & remiſſae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, ſi laborioſe fiant, at in robuſto athleta reſpectu habito paruae & remiſſae apparebunt. Pro ſecundae dubitationis ſolutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde eaſdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: ſi enim temperaturas corporũ humanorum gratia tantum ſciendi quis contempletur, ſciens & B philoſophus naturalis uocabitur; ſin gratia eas uel conſeruandi, uel corrigẽdi ſpeculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum eſt de foſſione, cuius finis ſi ſit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipſa uocanda erit; ſed ſi finis dumtaxat exſiſtat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recenſuimus. & quod de foſſione diximus, idem quoque de ſimilibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere ſolebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noſter Galenus de ſeipſo refert aliquando hieme in agro deprehenſum eſſe, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- C poris gratia faceret, quae opera quotidie agreſtes agere ſolent. Hoc idem Martialis poeta factitare ſe ſolitum fuiſſe, hiſce carminibus inſinuat.

2. de tu. ua. cap. 8.

*Rure morans quid agam, reſpondeo pauca, rogatus*
*Luce Deos oro, famulos poſt, arua reuiſo,*
*Partibus atq. meis iuſtos indico labores,*
*Inde lego, Phoebumq. cio, muſamq. laceſſo,*
*Hinc oleo corpus frico; molliq. palaeſtra*
*Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber*
*Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quieſco,*
*Dum paruus lychnus modicum conſumit oliui,*
*Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.*

Vnde patet, multa aliofine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter foſſionem a nobis atque etiam a Galeno,

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D tranſeamus.

*De corporum morborum & ſanitatis generibus.* *Cap. VI.*

POSTQVAM aduerſus male de exercitationibus opinantes diſputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes eſſe, demonſtrauimus: aequum eſt iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera eſſe traduntur, aegra, neutra, & ſana; quorum tametſi multae factae ſint ſpecies, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus; ea ſcilicet quae praeſenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaeſas habent, licet E alioqui nec perfecte ſana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma ſunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes ſenſibiliter offenſas habent, ut nullo modo opera ſanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media poſita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorſus aegra, nec omnino ſana noſtris ſenſibus apparent. His itaque ſic conſtitutis tertium aliud animaduerſione dignum ſuccedit, quod tria quoque exſtant morborum genera, primum in intemperie poſitum, ſecundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis ſolutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (ſub nomine corporis intelligo & humores, & ſpiritus, & membra ſolida) ſiue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exſiccatur, uel ſimul frigefit, & exſiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exſiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias ſimplicem, alias cum humorum affluxu nuncupaſſe reperiuntur; ſub appellatione ſimplicis eam intelligentes, quae ſuapte natura citra alterius affectionis ſocietatem corpus interturbat; ſub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud inſinuantes, niſi intemperiem, quae & ex ſe, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & ſanitatis ſtatum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotieſcumq. corpus, ſeu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iuſto numero, aut conueniente ſitu. Morbus in ſolutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, ſeu aliquod cor

poris

A poris membrum a natura unum factum diuiſionem patitur, ſiue talis diuiſio intrinſecus, ſiue extrinſecus proficiſcatur. Tot itidem modis ſanitas morbo contraria conſtat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, eſſentiam atque conſiſtentiam propriam obtineat. Nam de ſingulis iſtis τύπῳ ac in uniuerſum ſermonem habuiſſe ſufficit, cum illi, qui haec lecturi ſunt, ſi magis exquiſitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perſcrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs ſtudentes extra propoſitos limites nimis diuagari non poſſumus: ſed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

## *An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat.* Cap. VII.

B

DVBITATVM fuit antiquiſſimis uſque temporibus, an, ſicuti corpora ſana, ac ualetudinaria tum ad augendam, cofirmandam, conſeruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum moleſtias, quam ad recuperandam ſanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere aſſeuerarũt, primus exſtitit Petronas, deinde Prodicus ſiue Herodicus, qui curſibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate 6. Epid. in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus poſterioribus ſaeculis Aſclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius,

C quam ad ſanitatem ſpectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantiſsime ſcripſit Celſus) cubantis quoque luxuriae ſubſcribebat: ut non ſine magna ratione Plinius deinde Aſclepiadem iucundum curandi modum calluiſſe praedicauerit. Qui praeter hos ſimili ſententiae haerere maluerunt, Aeſculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: ideſt, quod aegrotos ſuauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum eſſe, ſed cunctos in quiete contineri debere, aſſeruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non ſimpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoſcumque quouis motus genere exercitari, ſed & in aegris ipſis, & in exercitationibus eligendis magnam diſtinctionem, & curam habendam eſſe iuſſerunt; ut quod morboſum corpus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. ſuſtineat, optime pernoſcatur. Quocirca ſecundum iſtos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remiſſisue exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augumentum ſuſcipit, quemadmodum Galen. de Primigene ſumma caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus eſt Aſclepiades Pruſienſis, qui in ardentibus febribus referente Celſo geſtationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac uomitiones tollens, inedia, ſiti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes inſtar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationibus, geſtationibus, balneis, lectulisq. penſilibus exercebat. In his E
etenim Galeni & Antylli ſententia exſtat, acuta febre laborantes ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio tranſmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falſo crediderunt) ubi acceſſio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non ſemper conferre, immo aliquando utiles eſſe motiones, exercitationesque; quod innuiſſe Hippocratem arbitror, dum in ſeptimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpeant, a lecto expellendi ſunt. quod item innuere uoluit Ariſtoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi ſcripſit febricitantibus in uniuerſum diaetam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac inſigniter exſiccatum habent, ſi exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim poſsidere nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conuenire ſcribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus ſed uehementioris tantum ceſſationē, ſicuti nos hic de ſiccis corporibus intelligimus, quae geſtationibus, & uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri poſſunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae ſint; alioqui ſicut ex moderato motu calor exſurgit, excitaturq., nec non humores paullatim euaneſcunt; pariter ex immodico calor infirmus extinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item calida, & ſicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo ſubijciantur, maioriq. cura opus habeant; Frigida porro ſimulq.

ſiccca

5. de tu. ua. cap. 11.

Li. 2. c. 14.

In prooe. lib. chroni. pal.

Cap. 16.

Loc. citat.

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem affli ctionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent;quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit,modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis dumtaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur,repeririq. poſſit modū,quo partes ſanae citra aegrārum offenſionem exerceantur,proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe B quentia quadam auxilium praeſtet.Colligentes igitur dicimus,nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere;ſed aliquod reperiri,cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque cōgruat,in ſequentibus libris declarabimus, ubi particu res ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae & C contorta dirigere,& aſpera lenire,& tumida deprimere,& depreſſa eleuare, & oppleta exinanire,& exinanita explere & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quātitate genitos nō raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt,quod magis auferat, quam exercitationes uehementes,& ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo.& poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum,qui adeo craſſitie creuerat,ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi ueriſimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum,& bonum habitum reſtituit,ac tarda & lenis exercitatio,quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit,ut nutrimentum perbelle diſtribuatur,ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib de ſal. diaeta.

In. 6.epid. cō. 3. Aphoriſ. 2.

Galen. de dīijs morborū. c. 9.

acquirant: ita ſane ſe multos & toto corpore, & cruribus extenua- D
tos curaſſe, gloriatur Galenus, ſicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora ſubinde, a morbo in numero correpta, ſiue is ſuperfluus, ſiue mancus ſit, exercitationes ex ſe minime recuſant, & tunc praeſertim quando ſimilis morbus haud eſt innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concuſſioneque ab anguſtis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipſam ueſicam deſcendentes magnas aegrotis moleſtias adimunt. Corpora uero aegritudine in ſitu laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque ſitum amiſerunt, non modo reponenda ſunt in propriam ſedem, uerumetiam poſtquam repoſita fuerunt, tamdiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata priſtinum habitum repararint, alioqui ſi E
mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de ſecundo morborum genere mala formatione ſcilicet laborantibus corporibus dicta ſufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet ſolutione correpta, quae ſolutio uel in cute, uel in carne, uel in oſsibus, uel in neruis ac huiuſce generis ſimilibus contingere ſolet, atque modo ſola, modo febribus aſſociata; ubi corpus aliquam ex his ſolutionem febri aſſociatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, ſi raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod ſi citra febrem ſola continui ſolutio adſit, eaq. ſit in parte nobili, atque uitae maxime neceſſaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac ſimilibus, proculdubio exerci- F
tationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & ſpiritus parti affectae neceſſarios ualde diſtrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos eſſe conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudeſceret. Alia membra ignobiliora ſi patiantur continuitatis diuiſionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec inſignis ſit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales ſcabioſi, quorum cutis cum ab humoribus ſalſis & acutis diſcindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per ſudorem, quam per occultam tranſpirationem euacuentur, atque ipſis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduerſione in his omnibus opus eſt, quo optime cognoſcatur in qui-

bus

In.6.epid. com.3.

Secũdo de tempe 3.& 6.d tu. ua.

A bus morboſis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita ſemper prae oculis uniuerſali hac ratione, cuius ductu rariſsime contingunt errata, poſſuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna ſuccedant.

### *De corporibus ualetudinarijs, & ſenilibus exercendis. Cap. IIX.*

QVAMVIS apud medicos (ut ſupra diximus) inter corpora aegra atque ſana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad noſtram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria ſtatuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaſerunt, necdum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum ſenes pleroſque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec abſque ratione, ſi quidem ſenectus, auctore Ariſtotele, eſt quidam naturalis morbus. unde, qui ſunt aetate graues, eam uiuendi rationem ſuſtinere nequeunt, quam ſani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaſerunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ſibi ipſis accommodata praecipua eſt corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorũ reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus reſtituitur. Eſt tamen omne ſtudium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remiſsi motus exſiſtant, deinceps, prout uires magis inualeſcunt, ſimiliter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum ſemper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum tranſitum maiora errata committantur, & pro uirium reſtitutione imbecillitas maior, ſiue proſtratio ſuccedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morboſa corpora quotidie exercenda eſſe uſque ad ſudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere conſuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abeſt, ut ualetudinarijs, ſiue morboſis (quemadmodum ipſe uocat) ullum effatu dignum beneficium praeſtet, ut potius uires adhuc debiles magis conſternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiſcentem fere exſtinguat, aut ſaltem inſigniter hebetet; ſi quidem bonus eſt in conualeſcentibus, ſed exiguus (ut ſcribit Galenus) ſanguis, atque una cum ipſo ſpiritus uitalis, & animalis; ipſae uero particulae ſolidae ſicciores,

5. đ tu. ua. cap. 11. & in arte me di. cap. ult. 5. đ gener. aïal. ca. 4.

6. collec. cap. 6.

In arte me dic. ca. ult.

res, & conſequenter eorum uires ſunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus uniuerſum frigidius. unde ad emendandam huiuſcemodi indiſpoſitionem neceſſaria ſunt quaecumque probum atque ſecurum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui ſicuti ſolidas partes arefactas ſicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas conſumunt. Ceterum ſenes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuſcemodi recrementa, tum etiam ad conſeruandum atq. placidi cuiuſdam uenti inſtar excitandum, accendendumue calorem, qui ſecus nimio torpore exſtingui periclitaretur. Attamen in praeſcribendis ſenum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, conſuetudo, & uitia particularia, quae plerumq. ſenum corpora infeſtare ſolent. ratione uirium, quas ſenes ſemper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus ſiccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, ſequi uero mitiores, quales ſunt geſtatio, ac intra laſsitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudinis ſtudioſiſſimus exſtitit, & ob id (Ariſtotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recuſauit, iam ingraueſcente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis menſura haudquaquam omnibus ſenibus accommodari poſſet, cum Plato ipſe eum & ſibi, & alijs nimio exercendi ſtudio moleſtiam peperiſſe dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus pluſquam octoginta, quotidie fere, ut ſcribit Galenus, domo ad forum ſtadiorum trium ſpatio, atque interim ad uiſendos aegrotos pedibus ambulare ſolebat. quod ſi ei longius ire neceſſe erat, ſella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius ſecundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quiq., aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, ſeptuageſimum ſeptimum annum attigit, hanc regulam conſtantiſſime ſeruaſſe, ut mane lectulo contineretur, hora ſecunda indueretur, ambularetq. millia paſſuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde conſideret, tũ uehiculum adſcẽderet, peractisq. ita ſeptem millibus paſſuum iterum ambularet mille, iterum reſideret, uel ſe cubiculo, aut ſtylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aeſtate octaua, in Sole, ſi caruiſſet uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu poſt modum lotus accumberet,

1. Rhe. c. 5.

&

A & paulliſper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes ſenum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi ſtatus, ſicut in iuuentute ad uehementiſſimos quoſque labores idoneum maxime eſt, ita in ſenecta ſe habet ad omnes mediocres; qui uero ſenes aut craſsis ſunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par eſt, gracilibus, aut quorum corpus exiguo eſt thorace, aut admodum anguſto, aut ualgum eſt, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitioſa membra magis offendere, quam iuuare poſſunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & ſimiliter. Iam uero conſuetudo maximam ſibi uindicat partem ad exercitationis ſpeciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui ſoliti ſunt labores ferre, etſi fuerint imbecilles, uel B ſenes, non conſuetis, fortibus, atque iuuenibus ſolitos facilius ferre. nam ſicuti conſueta minime laſſant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter inſueta tum moleſtiam adferunt, tum laſſant. Senes igitur omnes conſuetis laboribus exercitari debent, ſed tamen uehementia eorum remiſſa, quia, ſi corpora ſenilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis reſpectu exercitationes quoque minores requirere, rationi conſentaneum eſt. Vltimo uitiæ corporum ſenilium propria exercitationum ipſis nequaquam conuenientium genus demonſtrabunt. quae enim ex leui cauſſa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare neceſſe eſt: ſimiliter & in omnibus alijs affectibus, non ſolum ſenes, uerum & cuiuſq. aetatis homines ita ſe gerere debent, ut ijs exercitationibus ſedulo abſtineant, quae patientes C partes magis exercere & perturbare natae ſunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac ſenilibus corporibus exercendis ſtatuendum erit.

### *De corporibus ſanis exercendis. Cap. IX.*

QVICVMQVE corporis exercitationes ſanitati inutiles minime reputarunt, in ſanis eas prae ceteris commendandas eſſe dixerunt, tamquam neceſſarium prope exſiſtat, ſi exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conſeruandam non ignobile auxilium praeſtant, quod in ſanis maxime adiumentum oſtendere poſsint. Hoc tamen uerum eſt, antiquos medicos multas ſanorum corporum differentias effeciſſe, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta ſanitate praeditum, quod menſura, & regula ce- D
teris poſitum fuit, potiusq. mente deſignari, quam in ulla regione
2. d tu. ua. cap. 7. re ipſa inueniri poteſt: etſi Galenus multa corpora temperata in ſua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exſiſtente ſermonem non ſum habiturus, ſed de illis tantum agam, quae ita praeſente ſanitate fruuntur, ut ualeant ſine ulla moleſtia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex ſenſilium rerum exſiſtat, quae ſenſui ſeſe produnt, & non quae ſola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora ſana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, neceſſario multa excrementa generant, quae niſi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas diſpoſitiones ingenerant: unde prudenter
6. aph. 28. ſcripſit Galenus, hominem, ſi utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a ſuperfluitatibus mundum reddere. Verum E
enim uero in ſanis quoque plurima conſideratione digna ſeſe offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum ſciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam eſſe debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes foſſorum, & meſſorum nemini fere eorum conueniunt, qui proſpera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robuſtis commendantur, qualis lucta, diſcus, pila, & huiuſcemodi, eo magis ſi conſueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, conſuetudini, aetati, habitui uniuerſali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De conſuetudine ſaepius diximus F
etiam in omnibus obſeruari debere, ſi quidem quae cõſuetae ſunt exercitationes, licet ſint aut nimis uehementes, aut nimis remiſſae, inaſſuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at ſi quis uel minus, uel plus quam conſueuit interdum exerceatur, protinus moleſtia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione
lib. de cauſſis mor. c. 2 1. d d'rijs feb. c. 2. contingere, ſcripſerit Galenus dum exercitationes conſuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & ſenes remiſsiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poſcere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro ſua quiſque aetate ſufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes tranſſcendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, ſiue Polybus in primo de morbis) ſi plus conſueto laborent,

A rent, conuulſionibus ſortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. ſtatim, & magis, quam ſenes tentantur; quod corpus robuſtum, & ſiccum habent, carnem denſam, ualidam, oſsibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus ſenibus inſunt, & propterea illi rarius huiuſcemodi malis capiuntur. De uniuerſali autem corporis habitu ſic determinandum cenſeo, quod pingues, & obeſi, quanto magis exerceantur, tanto proſperiore ſanitate utuntur, quando dicebat Ariſtoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod ſi etiam exercitationes ſint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere eſſe uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obeſum quadraginta annos natum adminiſtrauit, ſe curſum uelocem adhibuiſ B ſe teſtatur. Contra Graciles in conſummata fere quiete detineri poſtulant, quia ſicuti corpulenti, & craſſi cōtrarias habitudines ex cōtrarijs ortas habent, ita contraria pro ipſorum ſalute expoſcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; ſicq. aliqui ſunt, quibus exercitatio prodeſſe iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remiſſa opus habent. unde ſapientiſſimus Hippocrates ſumma ratione iuſsit, ut graciles iter facturi lentis paſsibus incedant, quos item Māgones & Medici craſſefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὔσαρκοι, ſiue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exſiſtunt, ſi mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem inſignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conſeruetur, ſuperfluiC tatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, craſſas ſcilicet partes magis exercendas, tenues minus, niſi earum tenuitas ex nutrimenti diſtributione impedita, uel defectu proficiſcatur: quo in caſu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

*Pſilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,*
*Nunquid tonſorem Gargiliane times?* & lib. 2.
*Laeuis dropace tu quotidiano,*
*Hirſutis ego cruribus, genisq*

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & craſſas exercendae ſunt. In ratione uiuendi hoc inſuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non eſt; qui item uigilant, ab

[Margin notes: 5. de partibus aialiū cap. 9. — 14. Meth. cap. 15. — lib. de ſal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. u a. — de ſal. diaeta. aph. 10. — 2 aph.]

exercitationibus arcendi, ne magis exſiccentur, neue moleſtiae mo D
leſtia maior ſuperaddatur, contra qui multum comedunt, multum exerceri debent; quoniam dicebat Hippocrates, non poteſt homo comedens ſanus uiuere, niſi laboret: in talibus enim opus eſt multo calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione, dicebat Galenus, facile ſuppeditatur, praeterea multum manducantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae niſi magnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones corpus deducunt.

1. de tu ua. qui ſimiliter multum, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in iſtis perſpirationes retinentur, atque adeo ſanguinis copia partes exteriores deſerit, ſubitq. interiora, ut adacto cultello non aeque effluere

3 de hiſto. aialiū. c. 19 ualeat, quemadmodum ſcribit Ariſtoteles, & ob id ſomnolenti omnes decolorati euadunt; unde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, E
quo perſpirationibus aditus patefiat, ſanguisue ad exteriora ſeruanda atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ſicci uel nihil omnino, uel lente ſatis, & minimum laborioſe exerceantur. nam exercitationes, quas ſuapte natura exſiccare conſtat, ſi in ſiccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanae mentis dubitarit. Calidi quoq. & praeſertim acri, ac mordaci calore praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo

4. Aph. 13. incaleſcant, ipſisque, ut ſcribit Galenus, ſolae in neceſſarijs actio-

6. epid. cō. nibus obeundis motiones factae ſufficiunt. Vnde Ariſtoteles, quae-

4. aph. 15. 6. partic. rens, cur alij ſedendo pinguefiant, alij macreſcant, ideo euenire di-

Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi, alij non;
& qui calidi ſunt, pinguefiunt ſedendo, cum eorum calor ſine mo- F
tu cibi concoctioni ſufficiat, ſimiliter & non excrementoſi. Qui uero excrementis abundant, & frigida temperie ſunt, macreſcunt ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo creſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit,

6. Epid. ſect. 4. quando dixit: Ἐν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν, uidelicet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conueniunt; ſimiliter & cum ſcripſit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs ſcilicet minuendum eſſe & laborem & cibum, quos ob calorem infeſtat ſitis. Ex quo ſimul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. multum exercenda eſſe. Porro an humida ab exercitationibus iuua-

5. partic. prob. 9. men percipiant, nō immerito dubitari poſſet; eo quod Ariſtoteles ſcri-

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a calidi-
tate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi &
feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus per-
ſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis a-
bundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad ex-
uberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum
copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis,
ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus qua-
tuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa,
euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & mul
tum exerceantur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco
acuto in uapores conuerſa pulmonis & cordis regionem occupan-
do ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem poſsident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utili-
tatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratio-
ne ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſa-
niorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualen
tius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes &
in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit
Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recre- 4 de gen. aïaliū. c. 6.
menta cōſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur.
Quaecumque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto
exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admit-
tunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſic-
ca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq.
celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationi-
bus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperua-
caneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, au-
gentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum deter-
minatum ſit.

### *De locis in quibus exercitationes fieri debent.* *Cap. X.*

TANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plantarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

ſcuntur, uel aluntur. diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorũ corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruescunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec pernicioſis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas perſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur: quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea pernicioſos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in tranſtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc

2. de tu. ua. cap. 7.

eſt,

A eſt, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus deſtinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, ſicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipſius nomine inſcripto ex ſententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hiſce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους φυσὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, ideſt, Meo autem & tuo obediens ſodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem laſsitudinem parere, quam illas quae in curſibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum ſupra promiſerimus, nos plura dicturos, iam occaſio pollicita ſeruandi opportuna ſeſe offert, eo magis quod Marſilius Ficinus, uir alioqui doctiſſimus, dum Phaedri ſententiam eſſe credidit, ut faciliores ſint ambulationes, quam curſus, duplicem errorem turpiter commiſit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut ſine neceſſitate tranſmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde tranſtulit, ac ſi textus habuiſſet τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem ſe adſcripſiſſe non animaduertit: quis quaeſo adeo inſulſus, & ignarus eſt, quin cognoſcat ambulare facilius eſſe, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, ſententiam illam interpretatus eſt, cum Phaedrum fecerit dicentem ſalubriores eſſe ambulationes in uijs, quam in curſibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum ſit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij námque arbitrati ſunt, δρόμους ſiue curſus apud ueteres Graecos fuiſſe

C in urbibus uias planas, ſed ob lapides ſtratos aſperiuſculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Curſus nuncupantur. cui ſententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiuſdam facit, qui prope curſum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, ideſt, quidam prope curſum habitans nocte ſanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero ſiue uias dixerunt fuiſſe quaſcũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus ſtratas, ſed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel caſu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in curſibus probaſſe: quoniam ſicuti ſecundum Celſum, & ipſo antiquiorem Ariſtotelem fortaſſe Acumenum in hoc ſecutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id

eſt

In lib. de dic. au. fac Socrati.

lib. I. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37

eſt ambulationum illae minus delaſſant, quae fiunt in uijs inaequa D
libus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia ſem per ijſdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis diſtribuant, & iccirco minus deſatigentur; ita ambulationes per uias ſactae, ut pote inaequales ſactis in curſibus nimirum aequalibus exſiſtentibus faciliores eadem ratione exſiſtunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exſtitiſſe loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, ſimilia ijs, quae in palaeſtra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clariſſimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id eſt, in ambulacris Academi Dei umbroſis. uias uero exſtitiſſe illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte ſenſiſſe, dum ambulationes in E
uijs minus, quam in curſibus deſatigare cenſuit; quandoquidem
5. partic. Prob. 1. Ariſtoteles ſcriptum reliquit, eos ambulando magis deſatigari, qui per uias breues euntes ſaepe ac ſaepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quieſcentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus iſtis euenire perſpicuum eſt. Hos poſtremos melius ceteris ſenſiſſe, ſemper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior ſit, quam in curſibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē, qui non in locis breuibus & occluſis, ſed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod curſum ita Platonem in Phaedro intelligere, ueriſimilius eſt, quando & in principio Theaeteti ſimili uoce in
eadem prorſus ſignificatione uti uidetur ſub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν F
τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροι τε τινὲς οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δὲ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id eſt, nuper enim & ipſe, & iſti eius ſodales in exteriori curſu uncti ſunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuiſſe uidetur Antyllus apud Oribaſium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis conſiderandum, qui ob ſanitatem conſeruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, eſt, ut omne ſtudium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata ſpongiae inſtar quiduis recipientia labeſactet: talia namque ſolent eſſe loca prope paludes, ſtagna, ſpecus, lacus, ſyros, atque huiuſmodi, quae ſedula, & ingenti cura ſemper euitare oportet. Eadem ratione

A tione & loca ſecundum mare ad meridiem aut occidentem ſpectantia fugienda erunt; quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aeſtatem ſole exoriente caleſcit, meridie ardet, unde exercitari ſine magno incommodo nemo ibi poteſt. Quod ſi ſuperbiſſimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut ſupra retulimus, erectae, ſi ampliſſima illa gymnaſia ad hoc a maioribus noſtris magnifice exaedificata haberetur, nullus profecto locus aptior inueniri poſſet, qui omnibus fere exercitationum generibus magis ſufficeret: ſed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quiſq. locum ſecundum condiciones iam explicatas eligat, illud ſemper mētereuoluens, quod, tametſi multae ſint exercitationes, quae loca anguſta, & occluſa expoſcere uideantur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, ſi non omnes qualitates, aliquas ſaltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium propoſuimus, habeant. Quamobrem ſcitiſſime conſuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi ſunt homines, hieme calida, aeſtate frigida, uel ſemper temperata eligatur; ſin minus, procuretur, ne ipſo praeſertim die calidior, frigidiorue ſit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus eſſe uidetur Aetius Amidenus, ubi geſtationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in ſalubri loco, & puro aere fieri debere, ſcripſit. Aliae ſimiliter poſſent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas ſitus, planities, & huiuſmodi: ſed, quia partim explicatae fuerunt, partim ſuperuacaneae ſunt, plurimae ſub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco fi- C nem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines ſeſe in loco a ſole percuſſo exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam ſedeant, uel quieſcant, ſiquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit, ſe exercentes ſub ſole magis uri dum ſedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu ſunt aerem agitant, quaſique ſpiritu uentilantur; cum uero ſedent, quia aer immotus permanet, uim ſolis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. de tu. ua. cap. 7.

lib. 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.

*De tempore exercitationibus apto. Cap. XI.* D

DVo ſunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, ſine quorum obſeruatione non modo res ad ſanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum eſt uniuerſale, ſub quo uer, aeſtas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod ſingulorum dierum horas ſeparatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium ſiue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, ſicut illa: nam tempus auſtrale, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut ſiccum, nubilum, ſerenum, lucidum, nebuloſum ſunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exer- E citandis corporibus in hunc modum breuiter ſtatuendum erit, uidelicet ſingulas illas temporum conſtitutiones euitandas eſſe, in quibus uehementiſsime uenti perſpirant, praeſertim quando peſſimi ſunt, ut auſtrales, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. ſimiliter quoque fugienda ſunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis ſicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum ſuperari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Ariſtotele, pingue, a laboribus conſumptum, calorem, & teporem ſeruare non poteſt. amplius corpora motu perſpiratiora, & ſolutiora effecta, meatusq. per ſudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod ſeſe exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Ariſtoteles, currentes hieme ma- F gis rigent ſtantibus, quod aer noſtra ambiẽs corpora, cum ſtamus, ubi ſemel concalefactus eſt, nullã amplius moleſtiam infert; cum autem currimus, alius atque alius ſubinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon ſiccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuerſum corpus immoderate reſoluit, altera magis, quam par ſit, humiditates exſiccant. Tempus item exercitationibus ſerenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obſcurum, craſſum; quando ſic aer deprauatus etiam abſque exercitatione apertos corporis meatus facile ſubit, humoresque ſe cum inuehens membris non ſine noxa affigit, & per conſequens grauiora non ſine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

6. partic. prob. 6.

6. partic. prob. 12.

A inceps grauat: quod in ſereno nuſquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, ſpiritusq. ſuapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perſpicuum eſt. id quod Hippocratem ſignificaſſe puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται ἀκοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres ſcilicet & ſpiritus temporis conſtitutionibus commutari. Porro de naturalibus tēporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantū attinet ad uniuerſale tempus, Ariſtoteles ex ſentētia omniū ueterū auctorum cenſuit potius exercēda eſſe humana corpora in aeſtate, quam in hieme, ſub nomine hiemis, ut Petrus Apponenſis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aeſtate calor naturalis languidus, ac debilis exſiſtens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honeſtius, magisq. ſudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exſiſtente natiuo calore, & per conſequēs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa pauciſſima generantur, atque inde minus illa educi neceſſarium eſt, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne ſcilicet aer hieme madore oppletus corpora motu recluſa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetuſtiſſimus auctor Hippocrates, ſiue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut laſſitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, ceſſantes tamen priuſquam laſſitudinem, atque calorem ſentirent: Hippocratem deinde ſecutus Soranus Epheſius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aeſtate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum eſſe maluerunt, iudicantes aeſtate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere ſatis exſiccata, ſqualentiaq. reddita haud amplius per motum areſieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici ſequuntur, auctor bonus cenſuiſſe uidetur; quod ſicuti corpora temperata in tēperato tempore, nempe uere, exerceri poſtulant, ſimili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in ſicco, ſicca in humido exercenda ſint: quaſi ſemper illud obſeruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

[Margin notes: lib. de aere aq. & loc. — 2. partic. prob. 21. 33 & 42. — 3. de dieta. — In Iſagoge medicinae cap. 5. Lib. 1. c. 53 — 2. de tu. ua. cap. 7.]

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
mittendum censeo, quod Plinius iunior ſcribit de exercitatione aeſtatis tempore a ſe fieri ſolita, ubi a Fuſco interrogatus, quomodo diem aeſtate in Tuſcis diſpenſaret, in hunc modum reſpondit
» de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim cer-
» tum dimenſumq. tempus, ut dies ſuaſit in xyſtum me uel crypto-
» porticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adſcen-
» do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
» mutatione ipſa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox
» orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
» cauſſa, quam ſtomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
» ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo poſt. Nonnumquam ex
» hoc ordine aliqua mutantur. nam ſi diu iacui, uel ambulaui, poſt
» ſomnum demum lectionemq. non uehiculo, ſed quod breuius, E
quod uelocius, equo geſtor, uenor aliquando. In particulari porro tempore exercitationis deſcribendo Ariſtoteles aliquando motum cum (ut ipſi etiam imputat Plutarchus) qui poſt ſumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingeſtum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuerſum corporis ambitum retractus non ſolum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigeſtos ſuccos intra uenas rapit. Igitur ſi Ariſtoteles hanc habuit ſententiam, in manifeſto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni que probati medici uno ore pronunciarunt, ſemper exercitationē ante cibum eſſe faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιςόν ἐςιν εἰς τὴν ὑγιείαν τὸ πρὸ τῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, ὕτο καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίσις ἡ πᾶσα κίνησις. F idest, quemadmodum enim ad ſanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus poſt cibum pernicioſiſſimus exſiſtit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. inſignis ſuccedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod ſuccos utiles in uniuerſum corpus, prout deſtinati ſunt, optime diſtribuit, excremētis faciliorē exitum praebet: quae alioqui ſi retineantur, obſtructiones, ac multos alios morbos retuſo natiuo calore progignere ſolent. Ex aduerſo ſi poſt cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuerſi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuerſalis ſuccorum coctio impeditur. id in omnibus euenire teſtatus eſt Teophraſtus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

in

lib. 9. epiſt. Epiſt. pen. ad Fuſcū.

Plu. in lib. d tuē. ſan.

Loc. cit.

lib. de cib. bo. & ma. ſucci.

A in modum ſcripſit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi ſunt Eraſiſtratus, atque Diocles, qui falſis rationibus decepti ſanguinem excreantes phtiſicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus poſt cibũ exercebant. (2. de ca. pl. cap. 20. Coel. Aur. lib. 2 chro c. 13 & 14.) Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praeſertim quando mox dormiendum eſt, docet. quod etiam Ariſtotelem ſignificaſſe conſentaneum eſt, ubi ſcripſit, ambulationem poſt cenam efficere, ne ad os uentriculi ſupernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obſeruanda eſſe iudico: primum eſt, ut nullus exercitationem moliatur, niſi prius excrementa per nares, os, aluum, & ueſicam expulerit, cum haud tutam eſſe exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui (2 de tu. ua. cap. 2. lib. 1. fen. 3 doc. 2. c. 3.)
B cenna, & ad haec etiam heſternus cibus apprime concoctus ſit; quoniam ſi prius uel poſterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoſcetur autem cibum iam concoctum eſſe, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores ſunt, abſtinendum a motu demõſtrant, dum uero ex albidis flauiores euaſerunt, iam tempus exercendi adeſſe indicant. Secundum obſeruandum eſt, ne ſtomacho immodice uacuo ac plane eſuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingeſtus cibus, nec dum accomodatus concoctusue a ſtomacho rabiente, & conſequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obſtructiones innumerae ſuboriantur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, (2. aph. 16.)
C ideſt, ubi fames, laborandum non eſt. Tertium obſeruandum eſt, ne ſtatim poſt exercitationem cibus aſſumatur, ſed modica interijciatur mora, quouſq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam ſedata appareat. (Auic. li. 1. fen 3. trac. 2. cap. 3.) id quod Spurinam ſenem in ſanitate conſeruanda diligentiſſimũ obſeruaſſe ſemper, auctor eſt Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Eraſiſtrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuiſſe, ſcribit; craſſi tamen qui tenuiores fieri ſtudent, excipiendi ſunt, quos Hippocrates ſiue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere conſuluit in libro de ſalubri diaeta. (6. epid 3. 6. Epid. cõ. 3. aph. 2) Ariſtoteles quoque hoc ideo non eſſe faciundum cenſuit, quoniam corpus ſtatim poſt exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quieſcit, & praeterea excrementa citata redundant: (partic. 5. prob 28. & 30.) unde nec fames tũc oritur, neque calor cibo coquendo uacare poteſt. ob quod minus etiam exercitati debent ſtatim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus eſt, D ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior eſt redditus, & uacuus; uinum ſimiliter caput exercitatis ſtatim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorſus euitabant athletae poſt exercitationes, ſi Galeno credimus: frigidum autem ualde quodcumque exercitationes illico aſſumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaeſos, atque alios ſubito mortuos, quod poſt uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines ſani, de quibus fere tota eſt tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam eſſe, quando aeris ſtatus temperatior exſiſtit: Aeſtate matutinam, ut diei aeſtus, quantum fieri poteſt, euitetur; quam horam in deambulan E do commendaſſe ſimpliciter uiſus eſt Hippocrates, quamq. ſemper adamaſſe Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obſoniorum artificibus longe ſe commodiores ſecum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uerſpernam, niſi uel cibus mane ſumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hiſce temporibus mane aer frigidior ſit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs neceſſarijs conſumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane ſumptus non poſsit, niſi ueſpere, cõcoctus eſſe, ea ſola hora exercitationibus apta ab antiquis probata eſt; unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit ſtudioſſimus, breuiſſimis diebus, ut refert Galenus, ſole occidente palaeſtram (ubi pila, curſu, F & pugillatu ſe exercuiſſe puto, quando huiuſcemodi exercitationes ipſi ſummopere placuiſſe, atque in ijs plurimum ualuiſſe, ſcribit Capitolinus) ingrediebatur: longiſſimis autem hora nona, aut ad ſummum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuiſſe, teſtari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae diſpenſarentur, ad Euphemum ita ſcribit.

*Prima ſalutantes atque altera continet hora,*
*Exercet raucos tertia cauſſidicos,*
*In quinctam uarios extendit Roma labores,*
*Sexta quies laſsis, ſeptima finis erit.*
*Sufficit in nonam nitidis octaua palaeſtris,*
*Imperat exſtructos frangere nona thoros,*

*Hora*

3. de ſal. dieta 22.

2. de acutis

li. 3. de die.

6. d tu. ua. cap. 5.

lib. 4.

A *Hora libellorum decima eſt Eupheme meorum,*
*Praeparat ambroſias cum tua cura dapes,*
*Et bonus aetherio laxatur nectare Caeſar,*
*Ingentiq. tenet pocula plena manu,*
*Tunc admitte iocos, greſſu timet ire licenti,*
*Ad matutinum noſtra Thalia Iouem.*

quamuis alios etiam fuiſſe conſtat, qui hora ab octaua diuerſa excrcerentur: ut de Alexandro Seuero imperatore prudentiſsimo conſtat, de quo ſcribit Lampridius. Quod ſi neceſsitas cogeret, ante lucem actibus operam dabat. Poſt actus publicos ſeu bellicos, ſeu ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; poſt lectionem, palaeſtrae, aut ſphaeriſtirio, aut curſui, aut luctationibus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut B caldarijs uel numquam, uel raro, piſcinis ſemper uteretur, in eaq. una hora prope maneret: biberet etiam frigidam cIandiam ieiunus ad unum prope ſextariũ. Egreſſus balneis multum lactis & panis ſumebat, oua deinde, mulſum, atq. his refectus aliquando prandium inibat, aliquando uſq. ad cenam differebat, pranſus eſt tamen ſaepius. Horatius quoq. paullo diuerſius, & ſe ipſum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere ſolitos, atteſtari uidetur, ubi poſt multa haec ſcribit. Lib. 1. ſer. Sat. 6.

*Ad quartam iaceo, poſt hanc uagor, aut ego lecto,*
*Aut ſcripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,*
*Non quo fraudatus immundus Natta lucernis,*
*Aſt ubi me feſſum ſol acrior ire lauatum*
*Admonuit; fugio rabioſi tempora ſigni*
C *Pranſus non auide, quantum interpellet inani,*
*Ventre diem durare; domeſticus ocior, haec eſt*
*Vita ſolutorum miſera ambitione grauiq.*
*His me conſolor uicturum ſuauius, ac ſi*
*Quaeſtor auus, pater atque meus, patruusq. fuiſſent.*

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum exiſtimo, quod maiores noſtri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, ſemelq. tantum in die ſaturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente ſole. Ceterum aetate noſtra, quando uix unũ, aut alterum eſt inuenire, cui non ſit in more poſitum & ueſpere, & mane cibis ſaturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi ſumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium ſomnum ualida, magis denique a quibus uis impedimentis ſoluta ſunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus ſit: ſicut contra in ueſpere, cum nondum cibus concoctionem aſſecutus eſt, corpusq. ſuperfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quieſcendum, quam exercendum eſſe, quiſque uidet: uti quoque animaduertiſſe Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere uſque ad ueſperam tardaretur, ſed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo noſtris hiſce temporibus mane ante cibum quibuſlibet ſanis adeunda exercitatio, ſique ullus auctor inuenietur, qui poſt cibum exercitationem commendet, modo prudenter conſulat, non gratia ſanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, ſed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoſcetur. Eſt & aliud hoc in loco magnopere conſiderandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos ſemper dies, atque noctes ſeparatim in duodecim horas partitos eſſe, atque alias diei maximas ut in aeſtate, alias minimas, ut in hieme, alias aequinoctiales uocaſſe: numerum autem hunc ſcribit Galenus tamquam omnium utiliſsimum ab ipſis delectum eſſe, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & ſextum, & duodecimum: quae nullus alius poſt ipſum numerus uſq. ad uigeſimum quartũ continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum eaſdem cum Italicis, & multis alijs noſtrorum temporum eſſe putans errandi in exercitationibus, aut alijs occaſionẽ habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in uſu habitam memoria tenere debet: ſic enim & conſuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

D E F

li. 1. ſen. 3. doc. 2 c. 3.

Lib. de cuiuſque animi pec. notitia atque medela. c. 5

*Quanta fieri debet exercitatio.* *Cap. XII.*

EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam remediorum omnium adhibendorum menſuram eſſe, ſemper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, ut quaſi eius cognoſcendae ſpe deiecti medicinae opera exercere recuſauerint. Quapropter & medicinae profeſſores, & illi qui exercitationum ope ſanitatem tueri ſtudent, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum ſuarum menſuram, & quantitatem cognoſcant, ſine quibus incredibilia erra-

A ta committi ſolent, & plerumque (utar Plinij uerbis) inſcitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unuſquiſq. exercere debeat, monſtrare conabimur. Et ne ſingula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuerſa quantitatis exercitationum tractatio ex his conſtabit, Quis eſſe debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum ſenes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aeſtate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & ſicci; quantum ualetudinarij; quantum non aſſueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praeſens caput attinet, deſiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum ſermonem; tum quia paucas exercitationes B requirunt; tum quia ſecundum morborum uarietates uariantur exercitationum ſpecies, atque menſurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribaſius, Auicenna, & Aetius Hippocratem ſecuti docuerunt, duplex eſt; unus, quando ſcilicet uapor ſudori aliquantiſper permixtus ſentitur, uenae intumeſcunt, atque anhelicus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui ſuccos concoquat, concoctos nutriendis membris diſtribuat, atque demum inutilia diſsipet, niſi exercitatio tanta ſit, & ad ſimilem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri poſſunt. alter terminus eſt, ut tamdiu exerceatur unuſquiſque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam laſsitudinem percipit. quod ſi calor euaneſcere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel laſsitudo iam immineat: illico deſiſtendũ eſt; ne, ſi ulterius progrediatur, corpus plus iuſto gracileſcat: boni ſucci una cũ malis exhauriãtur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius deſtruantur. ſimiliter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique ſtatim deſinere oportet; itidem ſi in ſudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatiſue mutatio, quippe quem, & copioſiorem ſemper, & feruidiorem edi par eſt, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum ſcito corpus exhauriri, refrigerarique, & ſiccari plus iuſto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum ſignorum aliquod ap-

lib. 4. c. 1.

5. de locis aff. cap. 5.
li. 6. c. 11.
li. 1. fen. 13. doc. 2. c. 3.
lib. 2. c. 3.
6. epi. cõ. 2

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D
ſunt communes quidam termini, quos magna ſeſe exercentium pars continere debet. Succedunt poſtea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (niſi quid aliud obſtet) exerceri poſſunt, quamuis etiam uires aliquantiſper fatiſcerent; nimirum quae facillime reſurgere poſſunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui ſi in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco ſat ipſis erit incaleſcere citra ſudoris principium. Senes dum ſe exercent omni cura ſudorem effugere debent; nempe ſicci, & aridi exſiſtentes ita maiorem ſiccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute conſuetas in ſenectute congruere, hoc in loco ſciendum eſt, ſemper ſenes minus quam iuuenes ſolebant, exercendos eſſe, omninoque laſsitudinis ſenſum effugiendum, ter E
minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum; ſicuti Socratem iam ſenem ſe exercitare, donec eſuriret, ſolitum legimus. Viri, ſub quibus comprehenduntur omnes intra adoleſcentiam & ſenectutem exſiſtentes, moderatas exercitationes poſtulant: uel enim offenduntur, ſi plus iuſto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, ſi minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expoſitus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo uſque ad tertium aetatis ſeptenarium multis laboribus probe ſufficere poſſunt. quocirca & incaleſcere, & anhelare, & ſudare & aliquantiſper defatigari ipſis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a ſudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F
leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo ſeptenario uiciniores exſiſtunt, ſiquidem intempeſtiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos ſui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. ſimiliter & Ariſtoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, ſicut & illas nationes, quae athletarum habitum laboribus in pueris generare ſtudentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exſtiterunt, qui ijdẽ adoleſcentes, & uiri ſint uictoriã cõſecuti, quod per uiolentas, & pluri-

1. de tu. ſa. c. 1. 7. pol. cap. 4.

mas

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, ſed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen ſudorem, ne frigus magis obſit, & quo ad uniuerſum corpus incaleſcat. Vere plus, & uſque ad ſudorem. Autumno minus, minime omnium aeſtate; quando, (quidquid dixerit Ariſtoteles) neque ſudare, neque incaleſcere, neque defatigari omnibus ob ambiente aere ſatis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etſi paucis ſuperfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere ſecundum Galeni ſententiam uideantur, nihilominus & ipſi moderate exerceri debent, ne otio torpeſcentia membra, caloruе ſopitus proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate B uiuentibus neceſſario genita retineantur. Incontinentes autem ſicut multa excrementa, multosque humores ſuperuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque abſumant, quaeue profundos ſomnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; ſiquidem Galenus foſſores & meſſores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi ſentit; quoniam a laboribus in profundos ſomnos demiſſi etiam deterrima probe coqunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo iſti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari ſolet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis ſibi conſulent; ſiue incaleſcant ſolum, ſiue ſudent, ſiue etiam leuiter defatigentur. Humi- C da corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exſiccetur; unde iſta tamdiu exerceri poterunt, donec ſudor citra uirium defectum largus effluxerit, ſicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, ſudoremue in exercendo ſe exſpectare. Frigida quoad tota ſe calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda ſunt, nec umquam aut ſudorem, aut incaleſcentiam, aut inſignem anhelitus mutationem in ipſis exſpectare decet. Calida praeterea, & ſicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam ſiccitas ſimul augeantur. Frigidis, & ſiccis ratione frigiditatis, & uſque ad manifeſtam incaleſcentiam exercitatione opus eſt; ob ſiccitatem a ſudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam puſilla humiditatem ſuperfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. ſuc.

1. de alim. fac.

morboſas fluxiones parere ſolet. quocirca uehementem anhelitus D
alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere neceſſum
eſt. Frigida porro & humida eatenus exercenda ſunt, quatenus
anhelent, incaleſcant, atque etiam paulliſper ſudent. Summatim huiuſcemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita
namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta ſunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis reſurgunt,
exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exſiſtentes, calorque debilis, &
membra exſiccata, ſi multa exercitatione agitentur, non poſſunt
non ſummum detrimentum ſentire: proinde iſti intra anhelitus
mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi ſunt: prout tamen iſti reficiuntur, ui- E
resq. creſcunt, & meliuſculi eſſe coeperunt, adijcere debent exercitationes. Poſtremo qui exercitationibus inaſſueti ſunt, cum prauam illam conſuetudinem deponi debere, iam oſtenderimus; prius
expurgari ab humoribus, & ſuperfluitatibus ex ſegnitie ortis ſecundum Galeni conſilium debēt, alioqui periculum imminet, ne
a fluxionum pernicioſis morbis protinus tententur: deinceps primo parciſsime exercendi ſunt per aliquot dies, poſtea exercitationis modus paullatim augendus, quouſque ad terminum illum peruentum ſit, quem inaſſuetis ſufficere, & citra ullam moleſtiam
calefacere experientia docuerit: eo ſemper (quod ſupra quoque
demonſtrauimus) animaduerſo, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra
colliquat; uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F
terdum, ſicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de cauſsis praeinchoantibus; ſenibus immedicabiles laſsitudines, atque ſiccitates parit; omnibusque tandem aliquid ſemper boni effluere facit. Quamquam Ariſtoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium eſſe probat, exceſſum in exercendo defecto magis laudat, ſicut in cibo contrarium, οἷον (inquit)
καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς
& quae ſequuntur. Immodicae autem exercitationis haec ſigna
ſunto, dum articuli calidiores effecti ſentiuntur; dum uniuerſum
corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu ſenſus doloris cuiuſdam ulceroſi ſuboritur; dum labor coacte, & non ſponte
dimittitur; dum poſt ſudorem pallor ſuccedit, ſicut in athletis immodice

Galen. 3. de ſymp. cau.

38. partic. prob. 5.

A modice exercitatis euenire conſueuiſſe auctor eſt Ariſtoteles; dum inſolita denique, ac ualde moleſta laſsitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praeſcripta ſit. Quod ſi multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermiſſa uideantur, illud ſciat, nihil quod ad uniuerſam artem neceſſario pertineat, eſſe, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehenſum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes ſunt, quarum quantitatis terminum non expreſsimus, quod a termino illo communi praeſcripto eorum menſuram accipi uolumus.

### *De modo exercendi.* *Cap. XIII.*

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus ſumma cura obſeruari debere demonſtrauimus, adeſt & modus, qui ut in illis ipſis, ſic in pleriſq. alijs rebus recte peragendis tantum poteſt, ut, niſi is adhibeatur, cetera omnia ſuperuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iã uia latiſsime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis abſolutionẽ pertinet, ut modũ, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus noſtris unusquiſque ſanitatis ſtudioſus uti non ſine fructu poteſt, & debet, apertum breui ſermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad ſanitatem uſos legimus, fuit is, quem Oribaſius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctiſsimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- 6. colle. ad Iul. c. 15 Libro. 1. ſer. 3. c. 2. Lib. 1. fen. 3. cap. 3.
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars ſeſe exſuebant, mox fricabantur mediocriter, uſque quo floridus color in ſumma cute reſidens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas perſuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoſlibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conſpergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, deſcendebãt, peracta exercitatione paullum quieſcebant, deinde ſtrigilibus, uel aſperiuſculis pannis ſtrigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rurſum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione, ſimiliterq. ungebantur alias in ſole, alias ad ignem, ut Cornelius Celſus teſtatum facit: ſicq. fere ſemper balneum ingrediebantur lib. 1. c. 1.

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & ſpatioſo, rarius ſeipſos D induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnaſijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bono habitui comparando ſollemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quiſquam miretur, quomodo liberi homines ſingulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari ſolitos, multi auctores; & praeſertim Columella trigeſimo ſexto lib. cap. memoria mandarunt. de quo defricandi more & modo, ſi Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum ueriſimile fit quãplurimos alios exſtitiſſe, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel neceſſarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, ſed frictio E nibus, & unctionibus dimiſsis quaſcumq. poterant exercitationes amplecterentur; ſicuti & multi reperiebantur, qui praedictarũ cauſ ſarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & ſanis medicamentis opus eſſe tradit Galenus. Verumenim uero cũ aetate noſtra gymnaſia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in uſu deſierint eſſe, neq. gymnaſtas, & paedotribas, neq. aliptas, & renunctores habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, ſat erit illis, qui aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi otiũ nequaquam habent, ut potius quomodocumq. poſſunt, exerceãtur, quã ſemper in cõſummata quiete degant; modo tamẽ hoc unũ obſeruent, ne ſtatim a cibo exercitationes eas, quas gratia ſanitatis facere uolunt, ſolicite nimis adeant, ſed ſaltẽ aliquot horas interponant, quo minus quã fieri poteſt nocumentũ inde ſequatur. Porro qui ſuae ſpontis ſunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libere uacare queũt, haec omnia diligenter obſeruare debent, primo ut corpus tũ a faecibus & urinis, tũ a muccis & ſputis accurate emundare, caput pectere, manus, & faciẽ abluere ſtudeãt, ne excrementa in uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipſo ambitu latẽtia, a motu excitata uaporationib. offendant; ſtrictisq. meatibus nonnũquã infarcta, aut exercitationis calore eliquata obſtructiones, fluxionesq. diuerſas pariãt. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ ipſi ſuperaddere nequeãt, quaeue interim a uentis, ſi qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiã ſi aeſtus urgeat, feruorem nullo pacto augere, ſiue ſouere queant; nam indumenta niſi exercitandis prudenter

lib. 1. de cibis bon. & ma. ſuc.

ter

A ter accõmodentur, praeter impedimentũ, quod laboraturis in motu praeſtare ſolent inſigne, faciunt quoque, & ut ſine motus debita menſura ſudẽt, & alia incõmoda ſuſtineant; ſi quidem ſudor ita indutorum ſine motu multò eueniẽs, veluti Ariſtoteles diſputat, deterior eſt eo, quia labore emanat. & huius argumẽtum eſt, quod ita ſudantes decoloratiores euadunt, cum humor per ſumma corporis paſſus, atque incaleſcens ab externo aere refrigerari non poſſit, & inde pallorem facile contrahat, ſimulq. corporis perſpiratio a qua gratus calor emanare cõſueuit a ueſtimentis inhibeatur. Tertio obſeruandum erit, ut remiſſe, ac leniter unuſquiſq. exerceri incipiat, deinceps eius intẽtionem augeat paullatim, uſquequo ad terminũ; qui ſibi conueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rurſum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus ſibi iam ſatis
B ſeſe exercuiſſe doctus experientia ſentiet: nam ſubito ab intẽſis exercitationibus incipere, non ſolum imbecillibus, ſed etiã robuſtis corporibus ſumme perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum ſudant, curandum erit, ut peracta exercitatione ueſtes ſudore madefactas exſuant, & ſiccas reſumãt, idque ſi fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut ſaltem neque frigido, neque uentis perflato. ſi etenim humecta illa indumenta retineantur, facile eſt carnibus a calore relaxatis iterum ſudores imbibi, ſicq. denuo corporis meatus obſtruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias moleſtias inducunt, atque inde febres interdum oriri ſolent. Quincto obſeruandum erit, ne (ſicut etiam ſupra admonuimus) poſt exercitationem quam primũ quieti ſeſe dedat, aut cibum ſumat, ſed blando, & valde remiſſo potius ali
C quo motu vtatur, tãtumque a capiendis cibis abſtineat, quoad perturbatio illa, quaſiq. corporis fluctuatio aeſtuatioue, ab exercitatione genita prorſus ceſſauerit, eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio ſucceſſerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a ſuperfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, ſe accommodate induere, tardos, & remiſſos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta ſudore indumenta exſuere, blande poſtremo moueri, & ſedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuerſali exercitationum ſpeculatione, & methodo diſputata ſufficiãt. Reſtat modo particulares ſingularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in ſequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praeſtare conabimur.

*Explicit Liber Quartus.*

2. parti. põ 30. & 38. partic. pro ble. 3.

In con. de pu. epilep.

AR-

# ARTIS GYMNASTICAE LIBER QVINCTVS

*De ordine agendorum, & de nonnullis ſcitu dignis.* Cap. I.

SIcuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus exſpectãdus eſſet, niſi recta atque uniuerſalis methodus, quam ſuperiori libro abunde ſatis (ni fallor) tradidimus, optime poſſideretur; Ita profecto illa infructuoſa, ac prope modũ vana euaderet, niſi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggreſſuri ſumus, illi connecteretur; ſiquidem incerta, ac E fallax ea cognitio uideri poteſt, qua exercitatio vniuerſali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. ſed ſi qualis exercitatio, quod nocumentum, quamue commoditatem praeſtare idonea ſit, cognoſcatur, proculdubio nihil amplius relinqui cõſtat, quod exercitationum quarumuis ſcientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnaſticae tractatio imperfecta relinquatur, in ſequẽtibus ſingulos exercitationum iam enarratarum effectus proſequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum cõprobatis experientia teſtimonijs, tum ex rei ipſius natura inſpecta, quam eſſe ueram condiciones rerum inueniendi rationem ſcripſit
11. Metho. Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus ſermo uagetur, ita materiam huiuſcẽmodi declararé inſtituimus, ut primo commoda in corpora humana ex unaquaque exercitationis F ſpecie emanantia, deinde incommoda ſigillatim explicentur: nam illud, quod quãplurimis medicamentis euenire uſu comprobatur, ut ſi alicui corporis parti, & affectui proſunt, alijs noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea vtilitatibus, atque damnis a membris ſuperioribus principiũ ſumentes, ut plurimum in ultima, atque infima ſeriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum reſpicere uidebuntur. His autem ſic pertractatis, duo me ſaltem peracturum eſſe ſpero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum inſidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis ſtudioſis exercitationum aſſiduo delectu, uel nulli errores, uel quam pauciſſimi committentur, ſicque demum multi eorum pernicioſorum morborum euitabuntur,

A buntur, quos deſidia, laborum abſtinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq intempeſtiuus exercendi uſus continuo parere ſolet: illud nāque a natura comparatum eſſe norunt omnes, ut illa, quae corporibus noſtris admota inſigniter conducere animaduertuntur, eadem plerūq. magnum detrimētum inferant, ſi uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipſis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi ſcriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune ſeſe exercent, haud exquiſita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commiſſos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerſo illos, & accuratiore uictu, & aſſiduis medicamentis indigere, inſuperque natiuam ſanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore ſer- In lib. de cibis bon. & ma. ſuc.

B uatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuerſam gymnaſticam perficiendam ſuperſunt, praedictis adiungere propoſitum mihi ſit, id ante cetera praefari operepretium eſſe duco, nos in ſuperioribus gymnaſticam facultatem non in curatiua, ſed in conſeruatiua medicinae parte collocaſſe. Et tamē omnes ueterum medicorum ſectas, ac praeſertim Methodicos, quorum principes Aſclepiades, Themiſon, & Soranus exſtiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendaſſe, ut ex libris Cornelij Celſi, qui Aſclepiadem in multis ſecutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clariſſime intelligere licet. quod ſimiliter Galenus, & qui Galenū in dogmaticorum ſecta ſunt imitati magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes erraſſe quis putet, ita ſententias no- De chroni.

C ſtras accipi debere uolo, ꝙ. ſ. gymnaſtica principaliter circa ſanitatis conſeruationem uerſatur, conſequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiſcumq. ſit, uſquam reperies, quin in ſanis corporibus abſque noxa adminiſtrari queat, at paucis quibuſdam exceptis, nimirum ambulatione, geſtatione, uectione, ac ſimilibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cōcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in ſanis omnes exercitationes ſolum fiant, quo bonam ualetudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero ecirco eaedem adminiſtrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum inſtar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cōſuetudinem in medium adducemus, non erit, ꝙ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tāquam

gymna-

gymnaſticam ſoli conſeruatoriae inſeruire ſtatuerimus, quoniam D & nos rei ipſius naturam prae oculis habentes, ita determinandum cenſuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs aſſiduis, alias morborum cōdicionibus permoti paullo diuerſius ſentire quidem uiſi ſunt, ſed re uera a ſententia noſtra non receſſerunt. Aliud inſuper hoc in loco ſumma conſideratione dignum exiſtimo, quod, licet in multis exercitationibus diuerſus extiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in uſu eſt fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, diſcus, pugnae atque ſimilia; nihilominus cum parum noſtra conſuetudo ab antiqua recedat, ſolisq. accidentibus quibuſdam, & non in rei natura differat, fere eoſdem effectus, quos illi ſuis attribuunt, nos noſtris dare poterimus, modo unū, aut alterum obſeruemus; antiquos unctiones ac puluercs in multis exercitationibus adhibere conſueuiſſe, quas nulli hodie, aut quam pauciſſimi faciunt; atque hoc multi momenti eſſe ad uariandas utrorūque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens ſcripſit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias ſuſcipere, cum puluis frigidus ſit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aeſtate uero caliditatis exceſſum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum ex aduerſo puluis in aeſtate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum ſemel dumtaxat in ueſpere ſaturabatur, noſtrates bis cibos ſumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de noſtri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid unctiones, & quid una diei ſaturatio importent, exacte penſitare, totumque illud noſtris adimentes in reliquis eoſdem uel parum diuerſos effectus exiſtimare.

*2. de diaeta. iuxta finē.* (margin note)

E F

## *De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. 11.*

TRes praecipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuiſſe ſatis conſtat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, ſiue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia ſimpliciter exercitatio nūcupata fuit. Exercitationē praeparatoriā, facultatem cogendi, meatus corporis denſandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, ſcripſit

A pſit Galenus. qua de cauſſa athletae, qui denſitate corporum ſudores impedire, & conſequenter robur conſeruare ſtudebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria vtebantur. quam item vſurpabant quãplures homines poſt coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas ſatis a ſomno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare ſoleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduerſus Epicurum medicum grauiſsime diſputat. ſicuti quoque Paulli ſententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre conſueui, dum is contra ipſorum placita tempus concumbendi ſecundum cibum in ueſpere antequam ſomnus inuadat, opportunũ exſiſtere credidit: quod laſſitudo ex coitu contracta obdormienti ſtatim remittatur. Exercitationem apotherapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro ſpecie acceptam corpora ab immodicis laboribus exſucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum eſt a Galeno: unde iure merito poſt uehemẽtiores exercitationes, poſt uigilias, poſt maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, vt plurimum adhibebatur: in iis quoque commendabatur, qui palaeſtrae laboribus aſſueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis ſimpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinſecis deſumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipſorum, a quibus ſumuntur, condiciones producere poſſunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur; qui in humidis, humiditatem contrahunt, ſicque de ſingulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime diſponuntur ad imbibendas quaſlibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, ſiue continuatae & aequabiles magis delaſſant, quam inaequabiles. ratio eſt eadem, quam attulit Ariſtoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum eſſe motum, qui unus & continuus eſt, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo ſic delaſſare, quia ex mutatione naſcitur requies, laborq. omnibus partibus diſtributus a ſingulis minus ſentitur: qua itidem ratione motus intercifus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies laſsitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praeſentem laſſitudinem mitigant, uerumetiam futuram ꝓhibent, ſiccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem ſuam oleo

(margin notes: 3. d tu. val cap. 11. 2 de tu. ua. cap 3. — 3 ſymp. prob. 6. libr 1. c. 35. 6 epid. Lib. 1. ſer. 3. cap. 8. — 3. de tu. ua. cap. 2. — 5. par proble. 1. & 12.)

B

C

D

extrinſecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conſeruant corpora, efficiunt quoque, ne ſudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere
2. de tu. ual. cap. 11. defatigentur. habet namque puluis ex Galeni ſententia emplaſticam uim, refrigeratoriam, ac repercuſſoriam. ut nō temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, ſi pinguis ſit, corpus exercitatum minime extenuat; ſin autem aſper, inſtar pumicoſi, uel acer, qualis nitroſus, exſi-
5. de tu. ua. cap 3. ſtat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differentias ab ipſius motus quantitatibus deſumptas primae ſunt
Loco citato. multae, paucae, & mediocres. Multas corpus ſiccare, mediocres obeſum reddere, ſcripſit Galenus. ex quo liquet magna cum ratio-
5. chronic. cap. vlt. ne Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polyſarchiam multas exercitationes commendaſſe. de E
Sect 31. Prob. 14. quibus etiam locutum exiſtimo Ariſtotelem, quando ſcripſit, exercitationem ideo oculorum acumini obeſſe, quia uniuerſum corpus ſiccando, indurandoq. pupillae cutem conſequenter indurat, atq. ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus quātitatibus ſumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, ſudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas ſecundum
Gale. 6. de mor. uulg. com. 3. Galeni ſententiam acuta exercitatio, ſiue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & ſuccos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad
6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 curandam polyſarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & craſſitiem inducit: mediocris inter utraque me
14. Meth. Lib. 1 ſer. 4. ca. 31. dios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robuſta calo- F rem quidem natiuum auget, ſomnos profundos generat, & conco
Gal. de pu. epil. quendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur. quocirca mirari ſoleo, cur Celſus ſcripſerit inſanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo conducit. Remiſſa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obſcuriſſime parit: ſic ſanitati, ac habitui bono minimum iuuamentum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam ſanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robuſtis, tum magis remiſſis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco ſanitatis conſeruationem non parum adiuuant. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus ſingulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametſi in recenſendis ſingulis non abſque animaduerſione ſuis lo

cis

A cis praeterire ſtatuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuiſſe credo, quando iam ſaepius demóſtratum eſt, uniuerſales huiuſcemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti eſſe. Illud hoc in loco ſcire oportet, in ſuperioribus libris multa de gymnaſtica bellica, & athletica nos diſſeruiſſe, ut expreſsius tota medicae gymnaſticae natura innoteſceret: at in ſequentibus de medica dumtaxat ſermonem habituri ſumus. eo quod illarum effectus cognoſcere parum omnino confert, ad id ꝙ optamus, aſſequendum, ſolosque ſanitatem, aut morbos reſpicientes addiſcere ſufficit.

### *De ſaltatoriae effectibus.* *Cap. III.*

B QVicumque ſaltationum ſpecies apud ueteres in uſu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaque muſica non caruiſſe ſciet. & iccirco noſtra tripudia βαλλισμοὺς, ac geſticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorſus diſſimiles exſtare cenſebit. Verumtamen illud inter antiquorum & noſtras ſaltationes intereſſe nemo non uidet, ꝙ, ſicuti illae aliquando ſanitati inſeruiebant, ita noſtrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conſeruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum poſt cenam, atque nocte inter ipſas commeſationes exercentur, quando potius quieti, & ſomno uacare praeſtaret. unde ſi ſaltatio opportune, quemadmodum maiores noſtri faciebant, & quemadmodum
C cunctas exercitationes peragi debere, ſuperius demonſtrauimus, lib 4.c.11.
adminiſtretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubiſticam nãque, quam primam eius ſpeciem fuiſſe diximus, brachia corroborare, ſimiliter & crura, nimirum quae potiſſimum agitentur, quiuis intelligere poteſt. Itaque qui brachia robuſta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput ſaltatur illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri neceſſarium eſt, ſecundo uiſcera omnia quaſſari, inteſtinaq. ſuis locis dimoueri, & tandem dorſum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cómouentur, magnopere pati, rationi conſentaneum eſt, ideo fugere ipſam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, uiſcera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel caſu aliquo ſortiti ſunt. Tertiae ſaltatoriae ſpeciei (de ſecunda in ſequenti capite tractabitur)

ſtabitur) quam ueram orcheſticam appellauimus, quam plurima D
apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel ſaltem non uſitata eſſe cum conſtet, ſuperuacaneum foret ſingulorum effectus percenſere uelle. proinde ſat erit illa adnotaſſe, in quibus praeſtandis, & cuncta illa conueniſſe, atque etiam noſtram conuenire ueriſimile uidetur. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſticulationem attenuare humores, atque ſurſum carnes trahere, placuit Hippocrati ſiue Polybo. quam ſimiliter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum ſoluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginoſis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi ſtomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exſiſtit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E
pedes, uſque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniātur, quae ſimile auxilium praeſtare queant. neque itidem alteri cedit huiuſcemodi exercitatio in extrudendis a renibus, ſiue ueſica lapillis. Caeterum ꝙ praegnantibus mirum in modum noceat, teſtatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias ſubiret, uteri fetum abiicere cupiebat, conſuluit, ut ſaltaret, pollicitus ea ſaltatione conceptum corrumpendum eſſe, ueluti poſtea contigit. Quicūque uero caput debile, ac uertiginoſis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uerſuris, motibusq. continuis offenduntur: ſimiliter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus ſaepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F
omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & ſupercalefactos habentes, ſeminisq. fluxum, γονόῤῥοιαν a Graecis uocatum, qualibet de cauſſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudeſcunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea ſaltationis ſpecie, quam antiqui ſine armis obibant. ꝙ ſi quis armatae, quam uocarunt, ſaltationis condiciones pernoſcere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter ſtatuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, niſi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incaleſcere, & ſudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

[Margin: 1. de dieta. prope finē.]
[Margin: Lib. 1. cur. chr. ca. 1.]
[Margin: in li. de natura pueri.]
[Margin: 2. de ſa. ua.]

De

A *De ludorum pilae effectibus.* *Cap. IV.*

LVdorum pilae antiquitus quam plures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exſtitiſſe ſpecies, abunde in ſecundo libro indicauimus: ex quo nullum operaepretiũ eſt hoc in loco, ubi ſolas exercitationũ qualitates explicare propoſuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & ſi noſtra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non correſpondeant: ſunt tamen magna ex parte ualde ſimilia: & ideo eorũ cõmoditates atq. nocumenta ſingulatim enarrare ſtudebimus, ut facta noſtrorũ cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque ſimul cognoſci poſſit. ſed ne tractatio iſta confundatur, ſicut alias fecimus; primo graecos ludos, deinde latinos ca.4. & 5.
B proſequemur eodem ordine, quo ſupra uſi fuimus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera cenſuit Auicenna, ꝙ fortes exſiſtũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuſcemodi ludis commodum percipitur, ut, qui in ipſis, uel ipſorum aliquo ſeſe exercent, promptiores ad motum reddantur, iiſq. uitales actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora craſſa, ut ſimiles exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio ſcriptum inuenitur, Cũ ſtudio in gymnaſio duplici corpus ſiccaſſem pila. Prima autem paruae graecorum pilae ſpecies, ſecundum Antylli ſententiam, carnẽ ſolidam reddit, brachijs, dorſo atq. pullulantibus coſtis magnã utilitatẽ praeſtat, cúmq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad ac
C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae ſpecies praeſtantiſsima reputabatur olim, ꝙ corpus ſanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praeſtat, adſpectum firmat; neque caput replet. Tertia uero ſpecies oculos, atque brachia iuuat, ſpinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter curſum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae ſpeciebus cuncta illa cõuenire cenſeo, quae Galenus in libello ſuo illis dicato, paucis uerbis cõplexus eſt, uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae ſpecies prima ſecundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctiſq. ſuperioribus partibus, non ignobile iuuamentum. affert. de hoc lu-

Li.1. fen 3. doc.2 c.2.

2. d tu. ua. lib.1.c.18.

Orib. lib. 6. collec. cap.32.

Lib. 9. cap. ulti. do ſermonem habuiſſe puto Alexandrum Trallianum, quando in D curatione priapiſmi ſphaerae exercitium cõmendauit, quo materia in diuerſum retrahatur, & ſpiritus flatulẽtus digeratur. Secunda ſpecies, quae plus iuſto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq. manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, ſed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualeſcentibus eſt inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aeq; exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis eſt, neq: apta, atq. ideo lib. 9. c. ult. omittendam eã eſſe conſulit Oribaſius ex Antylli ſententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem uertiginoſis obeſſe iudicauit lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽtiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis ſit corpora craſſiora attenuare, ſumma ratione Coelius Aurelianus ad diminuẽdã polyſar E lib. 5. c. ult. 1. de diaeta. chiam hãc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari ſcribit, adeo probauit, ſecutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui corycomachiam, & chironomiam idem praeſtare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus muſculoſum corpus reddere, roburq; afferre, & praeterea uniuerſo corpori aptari; nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uiſceribus idoneum exiſtere. Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit, ſi tamen quis plagas in pectore a coryco fieri ſolitas cõſideret, facile ſentiet, eos, qui pectore debili uexãtur, ſimili exercitatione periclitari, & quãdoq. contingere poſſe ut in thorace uaſa rumpãtur. Atque tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici poſſunt. Succedunt luſus Latinorum genera, quae & ab ipſis quattuor ſpeciebus complexa omnia in uſum ſanitatis recepta ſuperius demõſtrauimus. Ho F rum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuerſum corpus exercet, ſed dum brachijs impellitur, dorſum in primis atq. Li. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba feciſſe exiſtimo, quãdo in epilepticis humeros ſphaerae luſu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiſcera adiuuant, calculisq. a renibus, & ueſica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia In eius uita. c. 80. & 83. epiſt. 1. lib. 3. lib. 1. c. 6. confirmant. Nam Auguſtum, qui huiuſcemodi affectibus corporis ſolicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius) adamaſſe opinor: quod cũ praecipue ſuperiores partes exerceat, iis, qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non ſine ratione Cornelius Celſus prodeſſe ſcripſit. Hanc etiam exercita-

A tionem intellexiſſe arbitror Plinium, cum Spurinae prudentiſsimi, & ſanitatis ſtudioſiſsimi uiri rationem uitae obſeruatam explicans, ſeſe pila mouere, atque tali exercitationis genere cum ſenectute pugnare ſolitum ſcribit. ut uere dixerit Martialis: Epiſt. 1. lib. 3.

*Folle decet pueros ludere, folle ſenes.* Libro 14.

Pila trigonalis, quam paruam fuiſſe, & tertiae ab Antyllo ſpeciei deſcriptae correſpondere probauimus, eoſdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq; dum eos intẽdere ſemper & modo huc, modo illuc, modo ſurſum, modo deorſum conuertere neceſſarium eſt. quocirca iure merito Horatius huiuſcemodi exercitationem lippientibus obeſſe cecinit.

*Luſum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.*
*Namq. pila lippis damnoſum & ludere crudis.*

B ſane lacrymoſi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbãtur: quies uero eos recreat, iuuatq; ſicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationẽ obeundam eſſe, niſi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae luſus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigeſti cibi ſtomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui ſtomacho debili natus, tunc erat, quando de ipſo ſic Horatius ſcripſit: ꝙ ſi qui ſunt, quorum uentres atq. ſtomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abeſt, ut exercitium pilae ipſis ullum nocumẽtum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. inſigniter diſcutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus eſt Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item ſtomacho imbe- Li. 4. chro. cap. 7.

C cillibus ſimili ratione commodum eſſe tradidit Cornelius Celſus. lib. 1. c. 2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius ruſticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, ſenes, atq. pueros huiuſce generis motu exerceri. Harpaſtum, quod cum Graecorum harpaſto conuenire demonſtratum eſt, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere poteſt: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicẽ congredientes, ſeq. ne conſtitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementiſsimumq. eſt, multis, utpote colli obuerſionibus, multisq. palaeſtricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuerſionibus, latera uero thoraxq. & uẽter faciei elationibus, depreſsionibus, ex- Gal. lib. de par. e. 1.

 pul-

pulſionibus, obnixibus, alijsq. palaeſtricis prehenſionibus fatigen- D
tur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum ten-
duntur. Et iccirco, quemadmodum ſanos ac robuſtos harpaſtum
magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum eſt, qui uel
caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace ui-
tium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. ſupercalefactos ge-
runt. Atque haec ſunt, quae de pilae ludorum effectibus pro ſani-
tatis ſtudioſis ab auctoribus determinata inueniuntur.

*De luctae commoditatibus, & incommoditatibus.* Cap. V.

LVcta, quae fere ſemper ab antiquis in magno uſu, atque exiſtimatione habita fuit, tametſi a medicis, uti diximus, non admodum ad ſanitatem probata ſit, hodieq. E a nobilibus negligatur, & quaſi a ſolis ruſticis eo modo, quo apud Priſcos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro ſanitate tuenda, atque parando robore in uſu habent, quos fortaſſe quamplures alij imitabuntur, ſi, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obſeruata ipſis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio ſit, Galenus & Auicenna prae caeteris ſatis teſtatum reliquerunt. unde certum eſſe cuiuis poteſt, ab hac ipſa eadem proficiſci, quae a ſimilibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, poſſe luctam ſicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias ſupra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium F nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remiſſe. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos ſcriptores plerumque, aut ſaltem interdum ſub nomine palaeſtrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipſam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, ſecundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero ſententia firmum, & ualidum ſpiritum reddit, itemque corpus ſolidũ, ac muſculoſum, neruos etiam confirmat, tãdemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem denſam illam quidem, & exſiccatam, ſed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: ſi lucta fiat interpoſita aliquantiſper

Lib.1.c.8.

2. de diaeta.

loco cita o

quiete,

A quiete, magis ut ſentit Ariſtoteles, ſudorem mouet, quando humor 1.prob.7.
a requie collectus, mox exercitatione educitur: ſin continua aga-
tur, modo ſolis corpora exſiccare poteſt. Priuatim autem capiti pro
deſt, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magiſtro pera-
ctam laudat Coelius Aurelianus, ſenſus exacuit. ob idque fortaſſe Li.1.chro. cap.1.
Theodorus Priſcianus illam pro melancholicis curandis imperat, lib.2.c.2.
ſtomachum praeſertim frigidis oppreſſum morbis adiuuat: in quo lib.3.c 2.
palaeſtram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae
prodidit: non ſecus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra,
ſiquando humoribus, aut flatibus ſollicitantur, magno iuuamento
afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuerſum prope
corpus calefaciat. qua ratione Oribaſius palaeſtram ſiue luctam hi- lib.6.c.28.
dropiſim curare; Theodorus Priſcianus ſatyriaſim exſtinguere ſcri Lib. 2. ad Timo.c.21
B ptis tradiderunt. Ceterum huiuſcemodi exercitatio ob ipſius ue-
hementiam febricitantibus omnibus inimica exſiſtit: ut non imme
rito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehenſus, quod luctatio- 6. Epid.
nibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta cō.3. aph. 32
exerceri conſulit Hippocrates: hac obſcura ſatis ratione motus, ne 1.de dieta.
meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere
nocet: quae ſcilicet partes dum in compreſſionibus plus aequo com
pinguntur, diuelluntur q. dāna recipiunt. ueluti eueniſſe Commo-
do Marci Imperatoris filio ſcripſit Galenus, quem adhuc puerum
ex lucta inflammationem oris paſſum fuiſſe recitat. Iacobum inter
luctandum neruum latum oblaeſiſſe, ob idq. & ipſum in poſterū, &
Iudaeorum gentes a neruorum eſu abſtinuiſſe, auctor eſt Ioſephus
in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual- ī lib. de ꝑc. ad Poſt.
C de aliena eſt, cui uel uaſis alicuius rupturae, uel ſpiritus interce- 4.de rat. vi.
ptionis ex conſtrictionibus magnum impēdet periculum. unde nō in auct.
temere Galenus, ne ſuffocētur, periclitari luctatores dixit, qui ſimi In 6.epid. com 3.
liter renibus, & lumbis male affectis talē exercitationem fugiēdam aph.6.
eſſe uoluit, quāquā Rufus Epheſius, qui cum Critone ſub Traia- in libr. de paſſionib.
no Romae in medicina floruit, conualeſcentibus a renum morbo renum.
palaeſtrā minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit li 4.3 c.ult.
Celſus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione ſaneſcentia 1.de motu muſ.
ulcera exaſperentur. Praeterea cum inter luctādum crura ſaepenu-
mero inſigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduerſari cre-
dendum eſt. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaeſtra ue-
hementer facta. Quae uero remiſſius, & placide peragitur, uiceuer
ſa ſecundum Antyllū carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui
a morbis ſeſe reficere incipiunt, ſit ſuperiore accōmodatior, ac mini

mo periculo robur,& fortitudinẽ pariat: capiti, & thoraci prodeſt, D
neruos corroborat. de hac locutum eſſe Plutarchum exiſtimo, ubi
in ei' uita. ſcripſit Lycurgum corpora uirginum curſibus, luctationibus, iacti-
busq. diſcorum, & iaculorũ exercuiſſe, ut, quemadmodũ germinũ
radix ualidũ in acribus terris principium ſumens melius germinat,
ita & hac partus robuſte tolerantes honeſte ſimul, ac facile aduerſus
dolores pugnarent. Quae porro ſupra pauimentum efficitur lucta-
loco citato tio, ſi credimus Oribaſio, praecordia atq. inteſtina uitiata adiuuat,
lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, ſed capiti eſt
ineptior: uolutatio in palaeſtra, cum a Galeno inter celeres exerci-
tationes receſeatur, ad extenuanda corpora accõmodata erit, ſicuti
pro minuenda polyſarchia a Coelio commendata eſt, & ab Aetio ſi
in puluere fiat, ad hidropiſim curandam: eam namq. humores ex-
5. d̄ ru. ua. cap. 3. hauriendo refrigerare auctor eſt in 11. de diaeta Hippocrates: at ſe- E
cundum Galeni ſententiam iis magno ſtudio fugienda erit, quos
ex leui cauſſa uertigines, comitiales morbi, grauis ophtalmia, uel au
rium dolores male habent. ſimili modo, & illis, quibus tonſillae, &
angina incidunt, quibusq. prompte in columellam, gingiuas, dẽtes,
deniq. partem aliquam ex his, quae circa collum, aut totũ caput ha-
bentur, fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta, circa quam oriri
poſſet multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnaſticam artẽ omni-
bus alijs melius calluit, non modo luctam fere nullibi ad quidquam
cõmendauit, ſed potius tãquam parum utilem, aut omnino noxiam
damnauit: cum alias dixerit luctatoribus uaſa pectoris rũpi; alias cru
ra diſtorqueri, alias ſuffocari, alias luctam a bene inſtituta republi-
ca odio haberi. At huiuſcemodi dubitationes ita diſſoluere licet,
ad Thraſ. cap. 41. quod ex ſententia ipſius Galeni uere palaeſtra, ſiue lucta, per quam F
exigua gymnaſticae medicinae pars exſtat, omnibusq. exercitatio-
nibus homini minus utilis: ſiquidem ſecundum ipſum iaculari, cur
rere, equitare, ſaltare, uenari, nauigare, fodere, q̃ lucta exerceri me-
lius eſt: & ſicuti athleticae, gymnaſticae luctatio magis accedit, atq.
inſeruit, ita quoq; a medica lõgius recedit: unde non eſt mirũ, ſi Ga
lenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quã in medici-
na minimã cõmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quae ab
aliis auctoribus tradita inuenimus, explicanda eſſe duximus, non ut
Galeni auctoritatẽ ceteris, uel ipſo ſuperiorib. quos male de exer-
citationibus ſenſiſſe ſcripſit, uel poſterioribus poſtponam; ſed ut de
monſtrarem, ſi qua a lucta exſpectari cõmoda debent, haec ab aucto
Lib de ſal. diaeta. ribus indicata, & nulla alia fore. De iſta nãque apud Hippocratem
ſcriptum inuenio, ꝙ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

A ac luctari debent, aeſtate uero luctari quidē parum, currere autem minime; ſed multū deambulare, ſecundum uentum, ac frigus. Quicumq. ex curſibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. ſic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

*De pugilatus, pancratij, & caeſtuum facultatibus.* *Cap. VI.*

QVamuis inter ceteras exercitationes ad ſanitatē ſpectantes pugilatus minimam ſibi partem uindicare uideatur, potiuſq. athletarum, quam ingenuorum hominū profeſsionis ſpecimen praeſeferat: nihilominus ſi partes corporis, quae ſimili motu agitantur, accurate contemplemur, neque illum ſine aliquo fructu perfici ſtatim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis uſque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque conſolideſcunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna ſpectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuſte uti exoptant, quā aptiorem exercitationem iſta requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis ſemper pugilatus exerceretur, poteſt tamen interdum neceſsitate urgente non minus iacentibus, & ſedentibus, quā ab erectis, & ſtantibus, ſeque mouētibus peragi: ſed differt non parum ab erectis ne, an ſecus peragatur: quoniā in erectis, & ſeſe mouētibus primo quidem ſuperiores partes exercitationis beneficium ſentiunt. at inferiores quoq partes eo penitus non fruſtrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel ſedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti. neque ſatis mirari poſſum, cur Aretaeus in uertiginoſis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia ſunt, a plagis illis, & pugnorum percuſſionibus magnopere offenduntur: a quibus ſimiliter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes ſunt. De manuum exercitatione memoriae traditum eſt ab Ariſtotele, quod exercentibus manus ſudor magis emanat, ſi ceterae corporis partes ſimilem habitum ſeruent: quoniam in ea exercitatione ſpiritus continetur, & partes ſub alis cordi propinquae fricantur: ex quafrictione cum calor increſcat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum ſeminis profluuium exercitatio- 2. prob. 5.

nibus per ſupernas partes factis curandum mădauit. Quae frequē- D
tiſsime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus,
& Pancratium, luctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnaſtica medica uſus: ſed Pancratio multos, qui bus aliquae corpo-
2.d tu.val. ris partes male afficerentur, ſe curaſſe gloriatur Galenus. ex quo ſi-
cap.vlt. cuti Pancratio ſe exercentes toto corpore, ut Pauſanias auctor eſt,
certabant, ſimiliter credere debemus, illud moderate peractū uni-
uerſo corpori ad robur acquirendum prodeſſe: uehementer ſi fiat,
6.epid.cō. ſolum athletarum munus exſiſtere. Ad haec cum a Galeno inter ma
1 aph.6. gnas exercitationes recenſeatur, caliditatem augere, & conſequen
Li.2.ad Ti ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cōſentaneum eſt:
motheū. id quod intellexiſſe Theodorum Priſcianum, quem alij Octauiū,
Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis di-
ſcipulum faciunt, arbitror, quădo ſcripſit hidropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quaſſationibus forſitan curari poſſe:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. ſcripta reliquit: ὑδρω-
prope finē πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδροῦν. quod itē innuere uoluiſſe Coe-
lium Aurelianū poſsibile eſt, ubi ſtomacho ſollicitatos uarijs pa-
laeſtrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cōſuluit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerētur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi poſſunt. Pancratij ſpecies, quā
diximus 2. lib. ſub σωματομαχεῖν notaſſe Galenum, quod ad craſ-
ſiores homines efficiendos mirifice cōferret, indicauit ibi Galenus
ex gymnaſtarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
athletas tranſtulit. Caeſtuum exercitationes, de quibus apud medi-
cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
chijs praeſidium afferre ualeant, negare minime poſſum: cum ta- F
men exercitatio caeſtibus facta pugilatus ſpecies quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami ſub hoc uerſu notetur.

Li.5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere caſtu.*

In hanc ſententiam uenio, caeſtus apud medicos, ſiue in tuenda ſa-
nitate, ſiue in curandis morbis, ſiue in acquirēdo bono habitu nul-
lum locū habere, atq. ideo ſimilem exercitationē penitus omitti de
bere. Ceterū illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatū, & caeſtus
exercitiū abſq. antigoniſta quandoque uſurpatum, tuncq. ſchiama-
chiae, de qua infra loquemur, & ſupra quoq. locuti ſumus, ſpeciem
Lib.3.c.4. quădam exſtitiſſe, dum ſcilicet pugnis, & caeſtibus aerem dumtaxat
percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque bra-
chia citra moleſtiam exercere ualet, pariter alteri cum aduerſario
factae praeferenda ſemper erit: nempe cum plagis illis, atque

per-

A percuſſionibus careat, quae plerumque in huiuſcemodi pugnis utrumque certatorem magna moleſtia afficere ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſuetiue (nam & Galenus ipſe in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculum ſeſe dumtaxat aduerſus aerem in illo exercere, atque eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſsionibus, delectationem ac utilitatem optatam ſimul aſſequi: modo in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus.

2. de tu. ua. cap. ult.

Ca. 10. 11. & 12.

*De curſus natura.* *Cap. VII.*

B

SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos uſus apud medicos habuiſſe oſtendimus, ita curſum, quo pedes fere ſoli exercentur, maximae utilitatis exſtitiſſe, & proinde a medicis, atque gymnaſtis ſaepius commendatum fuiſſe demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces ſunt citra robur, atque uiolentiam, negare haud poſſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat: id quod clariſſimis uerbis antiquiſſimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnaſtarum, & medicorum ſententia aſſeruerunt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius uelocius, atque uehementius; alius remiſſius & placidius peragi poteſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſſe eſt, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariantur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum quemcumque febrientibus detrimentum afferre, prudenter traditum eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari ſcribentem de ſolo uehementiore ſermonē habuiſſe ſentio, quando etiam in libro de paruae pilae ludo, illum ueluti nō ſalubrem, & plus aequo uniuerſum corporis habitum extenuantem, nihilque uirilis exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementem exercitationem nuncupauit. alioqui Galeno repugnantem ſententiam tuliſſet. Eſt igitur curſus uehemens fere ad ſanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, ſicq. ullum iuuamentum affert, proculdubio carni,

2. de tu. ua. cap. 10.

6. epid. cō. 3. aph. 2.

C

6. epi. cō. 5 Aphor. 31. ibidem Aph. 2.

ni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti com- D
1 de diet. lib. 4. c. 4. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis ſententia ualde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atque citius ſiſtatur. ob quod & in ſplenis aegritudinibus quibuſdam ſtrenue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus ſe aliquos nouiſſe referat, qui ſolis curſibus, & deambulationibus ab omni affectione ſint liberati. Peculiariter uero ijs
5. partic. prob. 9. ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Ariſtoteles quaerēs, cur, qui detrahere ad ima genus omne excremētorū putatur, curſus ſi uelox fiat, tam in hominum genere, quā in ceterorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & ſpiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praete- E
rea quae in pectore ſunt, ſurſum attrahi cogit. ex quibus omnibus locum ſuperiorem aegrotare neceſſe eſt; & iccirco ſapienter Theo
li. 2. ad Timot. ca. 1. dorus Priſcianus ſcriptum reliquit curſum uehementem epilepticis eſſe penitus inhibendum. Curſus moderatus, atq. placidus ad corpora perbelle calefacienda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem defluxiones, atque catharros curare, & aliorſum uertere idoneus eſt. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginoſis commendatur, ſicut & pro elephanticis ab ipſomet, atque a Celſo, qui, ubi ſicca tuſsis aliquem exercet ſpiritu retento, ſed non in puluere, curſum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nomināt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F
poſtea cohibet, & ob id iſchiadicis prodeſſe perhibetur, in quibus curſus initio uix crura moueri poſſunt: ſed ubi in medio ſunt, ita properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Stomachum ſtrenue firmat, uentres a flatibus & frigidis paſsionibus li-
lib. 3. ſer. 2. cap. 28. berat: ut non ſine ratione ipſum in curandis colicis adhibendū conſulat Coelius Aurelianus, ſicut, & Aetius in hydropicis: ſplenis tu
lib. 2. ad Timot. c. 25. mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priſcianus ſpleniticos
6. coll. c. 22 curſum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & ſeminis profluuio ſe curſum adhibuiſſe, tamquam adſeruatum quoddam praeſidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiſcera torquentur, & qui fungos eſitarunt, uel a ſcorpionibus icti ſunt, eundem profuiſſe obſeruauit. quae tamen ſententia in cunctis renum affectionibus minime probanda eſt: quoniam

A ſi patiantur ulcus, ſiue nuper ſint paſſi, a curſu non parum detrimenti capere credidit Rufus Epheſius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exſiſtit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda ſecum uehat curſitatio, non ſine quoq. aliquibus incōmodis (quae eſt communis remediorum omnium natura) haberi poteſt. Eam namque in primis laborioſam eſſe, magnus philoſophus Ariſtoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare perſuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus ſupra ſe totum ſuſtinet, ambulans uero parte inſiſtente uiciſsim ſuſtentatur, quaſiue parieti admotus requieſcit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Curſus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimenti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata tranſit in ſpiritum: neque uero huiuſcemodi exercitatio ſuapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. ſi tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel urinam ardore ſolicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri ſignificare uoluit, dum nonnullos ob curſum capite dolere ſcripſit. Quod item clarius confirmat Caſsius Iatroſophiſta, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius teſtatur Romae medicinam aetate Cornelij Celſi, a quo ingenioſiſsimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus ſuis medicis cauſſam ſciſcitans, qua illis, qui leniter mouentur, ſi prius capitis grauitate laborent, poſt motum ſeſe leuatos ſentiunt; qui uero C currunt, & ſi nullam antea grauitatem perciperent, poſt curſum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniā in ſeſe placide mouentibus materiae ad inferiora deſcendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad ſuperiora reſiliunt, ueluti contingere in pila ſuper pauimentum iacta cernitur, quae ſi blande iaciatur, inibi quieſcit; ſin uiolenter, ſtatim ſupra reſilit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium ſpiritum anhelum, atque aſthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipſis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius diſpoſiti erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelociſsime cucurriſſet, dicit ex curſu rupiſſe ramicem, & iamdudum ſanguinem ſputare. ſub ramicis nomine pectoris uenas latiores inſtar uaricis ſignificans. Alioqui ſcriptum

[Margin notes: lib. de affe. ren. — 5. partic. prob. 38. — 5. partic. prob. 91. (at B) — 4. de nat. acut. aph. 115 — Pli. lib. 29. cap. 1. — In Probl. medicis. — 6. Epid. com. 2. — 7. Metho. — In Merc.]

ptum eſt ab Ariſtotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D numeroſe ſpirare, quod ipſorum motus proportionatus efficitur, modumq. reſpirandi ſenſibilem praeſtans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, curſum cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex curſu augeri, & homines teſtari poſſunt, & cerui, qui inter currendum uſque adeo huiuſcemodi ardore ſtimulantur, ut, niſi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes ſagaces uenatores, eos proſequuntur, nec mingendi ipſis poteſtatem faciunt. Curſum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum eſſe, traditum eſt a Cornelio Celſo, & ab Epheſio Ruſo. Atque haec omnia de curſu recta in anteriora facto a me explicata ſciantur. pro quo id ſilentio non eſſe praetereundum duco, quod Ariſtoteles ſcriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui curſum concitate agunt, E conuulſionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obſtiterit: quandoquidem ea potiſsimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde ſi homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis ob uiam factus obſtiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulſio tanto uehementior incidit, quanto curſus contente magis agitur. Curſus inſuper recta ad anteriora factus, atque longus ab Hippocrate nuncupatus ſecundum eius ſententiam ſi ſenſim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque craſſiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praeſtat. At recurſus in poſteriora ſecundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, ſtomacho, & lumbis accommodatus, atque F utilis eſt; iccirco non replet caput. Circularis uero curſus ſecundum Hippocratem carnem minime diffundit; attenuat autem, diſtendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutiſſimo ſpiritu utentes humiditatē in ſe ipſos celerrime trahunt. qua ratione ab ipſo in ijs commendatur, qui nigra aſtra in inſomnijs uident, nempe quibus morbus ſorinſecus immineat. Caput ualde offendit, uertiginesq. ut Theophraſtus ſcribit, abunde ſuggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt curſus per accliuia magis laborioſi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; ſimiliter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiũt, uiſcera omnia quaſſant, coxas debiles perturbant; per plana curſus illa omnia praeſtant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & ſudorem mouendo magis humectant,

&

5. partic. prob. 16.

lib. 3. c. 53.

lib. 4. c. 8.

ibidem prob. 36.

2. de diaeta.

Oribaſius Loco citat. 2. de diaeta.

In lib. de in ſom.

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut ueſtitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priſcianus ſcriptis mandauit curſum cum ueſtibus laneis peractum aſthmaticis prodeſſe; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam ſincerus ſpiritus allabens ipſa non depurgat, ſed in eodem ſpiritu exercentur; auctor eſt Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui ſtellas deficientes in inſomnijs uident, quod ſecretionem in corpore humidam, ac pituitoſam factam, & in externam circumferentiam illapſam eſſe ſignificetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, ſicuti magnam ſudorum copiam eliciunt, ita generoſe per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Ariſtoteles ſudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam ſi mi-

in libro de uertig.
li.2. ad Timot. c.12.
2. de diaeta.
lib. de in ſomnijs.
2. partic. prob. 30.

B nor ſit, magis laudat, quam qui ſub ueſte ſe prompſerit, argumento illorum, qui nudi curſum aeſtiuo tempore actitant, quiq. coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, niſi quod, ut omnes qui loca libera & adſpiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & ſilentia tenent, ſic etiam ſe ipſo quiſq. coloratior eſt, cum ueluti ſpiritui afflanti placide patet, quam cum perſtrictus, obductuſq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui ueſtiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adſtricti, & propemodum ſtrangulati, minus reliquis ſeſe modico ſomno recreantibus colore florent. Curſum uniuerſim acceptum magis hieme, quam aeſtate ex uſu eſſe credidit Hippocrates, ſiue Polybus in ſecundo de diaeta libro. ex aduerſo Oribaſius tum hieme, tum aeſtate media conuenire ſenſit. cuius

C forſan ſententia uerior iudicabitur, ſi ſudorem quis aeſtate magis, hieme minus procurandum cum Ariſtotele arbitratus fuerit. ſed de hoc iam ſupra abunde diſputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc curſus tractationem pertineat.

## *Quid praeſtet ſaltus.* Cap. IIX.

SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robuſta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praeſertim illum, qui ſine ulla intermiſſione iugiter continuatur; qua de re ipſum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudiſue humoribus conferre apud omnes perſpectum eſt, licet poſtea capiti, atque pectori noce-

re

re ex eo conſtet; quod in huiuſcemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorſi in-
flexionibus comprimitur, & ex compreſſionibus mox uaſa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut eueniſſe interdum narrat
5. Meth. Galenus. Hoc praeterea ſaltui commune ineſt, ut grauidas mulie-
in prin de res abortiri facillime faciat: neque iſtud ab Hippocrate ſolum, cete
nat. pueri. risq. uetuſtiſsimis auctoribus, ubiq. confirmatum eſt; uerum etiã
ipſa rerum parens, optimaq. magiſtra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera ſaltantia firma-
14. de uſu mentis quibuſdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
partium. quibus fetus in utero continetur, dum illa ſaltare coguntur, faci-
liter diſrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam conceſſerit, opinor eo conſilio effeciſſe, ut cogno-
ſcerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaſlibet ſaltandi E
occaſiones ipſis effugiẽdas eſſe. Multae ſunt ſaltus ſpecies, quarum
duas Oribaſius Antyllum ſecutus nominauit, exſilitionem uideli-
cet, atque ſaltum ita proprie uocatum: de exſilitione, quae quo-
dammodo curſui adſimiliatur, hanc ſententiam tulit, illam diutur
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes ſuperiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare; cruribus imbecillis, ſeſe non alentibus,
ex carnibus, ſtupidis, atque tremulis praeſidium afferre: hanc etiã
In ei⁹ uita intellexiſſe opinor Suetonium, ubi Auguſtum ambulare ſolitum,
cap. 83. ita ut in extremis ſpatijs ſubſultim decurreret, ſcribit, quaſi ſic in-
firmitati coxendicum ſemoris, & cruris ſiniſtri, necnon ueſicae
calculis, quibus affictabatur, ſaepe occurreret. De ſaltu uero pro-
prie ſic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, ſed F
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
admotum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod
lib. 2. c 11. ſi ad nates efficiatur ſaltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuiſſe iam
Lib. I. cur. diximus, caput, ex eiuſdem Antylli ſententia, peculiariter purgat,
chir. c. 1. & purgando ſiccat. atque de hoc mentionem feciſſe Aretaeum pu
to, ubi in uetere capitis dolore ſaltum, & ξυνευπαίδευτον ἀνείλη-
σιν laudauit, ſicut & ἄφχλσιν in uertiginoſis. euocat etiam men-
ſtruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
In li de na. lit, quemadmodum Hippocrates teſtatum reliquit; ſecundas quo
pueri. que retentas quaſſationis merito deijcit, necnon uterum, qui ſu-
pra ſeſe contraxit, in ſuum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad ueſicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

A nuas, & nimis uiolentas flexiones, ſummopere nocet. Qui uerſus altum peraguntur ſaltus ſicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a ſuperfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiſcera omnia uehementius quaſſant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuſcemodi exercitationes ſummo ſtudio ex Paulli ſententia uitare debent, ſed & podagrici omnes, & qui leui lib. 3. c. 53. qualibet de cauſſa a deſtillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus moleſtantur. ſaltus igitur hi ſunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia neceſſaria eſt, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum adminiſtrari poteſt, pro ipſis ſupplere, redundantesq. humores exinanire manifeſtauit Gale 6. epi. cõ 3.
B nus; licet poſtea apud uarios medicinae auctores, & potiſſimum a- aph. 2. pud Ruſum Epheſium inuenerim, eundemmet ſaltum ijs obeſſe, qui facile ſanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillita- Lib. de paſſionib. ren. tem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipſis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam ſanis renibus interdum a ſaltu ualido frangi uenas, ſcriptum eſt apud Aetium. quae omnia de ſaltu ſimpliciter facto intelligenda eſſe uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis ſaltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Ariſtoteles & Theophaſtus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: 5. partic. prob. 8. in lib. περὶ κόπων. hi uero minorem; ſiquidem brachium inani iactatione quaſi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero ponduſculis manu apprehenſis facta nulla huiuſcemodi conuulſio contingit,
C quando ſaltans id manibus tenet, cui quaſi nititur, quo minus fatiſcat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tenſis, atq. otioſis; quoniam ita quaſi ſeſe ſuſtentant, in eaq. manuum diuaricatione, Ariſto. lib. de cõi aïaliũ greſſu. & explicatione innixi uehementius, firmius, & conſequenter uelocius mouentur.

### *De Halterum conditionibus.* Cap. IX.

SALTERIBVS factam exercitationem duram eſſe, atque uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. 2. de tu. ua. Orib. lib. 6 cap. 34. ipſe Galenus, dũ in huiuſcemodi ponderibus apprehendendis, iactandisq. muſculos omnes, atq. neruos ualidiſſime intendi confeſſus eſt. qua ratione efficitur, ut affatim corpus

pus calefacere haec exercitatio idonea ſit, & praeſertim dorſum, D
quod maxime in iactandis halteribus ſatisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero ſuperiores partes ab illa exerceri memoriae
mandauit Galenus: cuius ratione ante ipſum Aretaeus huiuſcemodi
exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, uſu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginoſis. Sed
6. d tu.ua. cap. 14. Oribaſius Antylli auctoritate humeros ipſam exercitare, ſtomachoq.,
6. cur. chro. cap. 1. quem diffluxio infeſtat, quiq. imbecillus eſt, & in quo cibus
aceſcit, ſiue cum labore concoquitur, accommodari ſcribit: laudat
Li 5 chro. cap. 2. in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda
detur, aut manipuli teneantur, quos palaeſtritae halteras appellant,
tum primo cerei, ſiue lignei cum paruo plumbo intercluſo
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Galenus
6. d tu.ua. cap. 14. cuidam, qui mordax, praecalidumq. ſemen inter emittendum E
ſentire non tantum ſe, ſed etiam mulieres, cum quibus rem haberet,
referebat, inter cetera auxilia ſeſe halteribus exerceret ſuaſit:
lib. 9. c ult. quem poſtea ſecutus Alexander Trallianus in priapiſmo curando
huiuſcemodi exercitationem commendauit, quod animaduerteret
ipſam non modo ad retundendum, infirmandumq. ſemen,
uerum etiam ad materiam in diuerſum trahendam, ſpiritusq. flatulentos
d cōp. me. ꝑ genera. cap. 2. digerendos conducere. ſimiliter quoq. Galen. in ulcerum
crurum curatione, niſi quid aliud impediat, halteribus peractam
exercitationem probauit, propterea quod ſic impeditur, quo minus
6. epi. cō. 3. aph. 2. humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipſarum ſupplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci ſimilem exercitationē F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequaliter
agitatur, alterius autem uaſa, ne ob maximam, qua brachia utuntur,
uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quārem
fortaſſe conſiderans Martialis, foſſionem, quam Galenus, &
exercitationem ſimul, & opus fecit, ſicut ſupra oſtendimus, huic exercitationi
propoſuit ſub hiſce uerſibus:

lib. 14.

*Quid pereunt ſtulto fortes haltere lacerti?*
*Exercet melius uinea foſſa uiros.*

Huius cum ſecundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia
praeſtare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero particulari
quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere ſcripſit Antyllus; ueluti & tertium ſpinam, illaq. iuuare,
& mollire, ſed caput peſſime afficere dixit. Vnum illud hiſce

omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempeſtate figura illa halterum antiquorum a Pauſania deſcripta in uſu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios maſſulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides prope ſphaerici & graues uſurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiẽdumue, ne eadem facultas tam in uſu noſtrorum, quam in priſcorum inueniatur, eo magis quod haud ſecus qui hodie ſeſe exercent in lapidibus, uel maſſulis proijciendis, brachia, dorſum, omnesq. ſuperiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis ſupra expoſiti in noſtris etiam exercitationibus exſpectari debeant. 5. Eliacor.

## *De diſci, atque iaculationis effectibus.* Cap. X.

B

DE diſco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortaſſe locus iſte dimitti poſtularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, diſci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exſtitiſſe, in gymnaſijsque fieri ſolitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud poſtremum locum obtinuiſſe, atque hodie quoq. apud multas nationes in uſum exercendorum corporum uenire, proinde ſiccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis ſciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lõgius diſcum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac muſculorum intenſione artus magis ſolideſcant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito conſuluit quandoque Galenus, ut, ſi quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipſae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice per diſcum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praeſtaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptaretur: peculiariter autem exercitatio iſta brachia, lumbos, ac denique uniuerſum dorſum corroborare idonea eſt, quae ſcilicet partes in ipſo maxime omnium agitantur: in uertiginoſis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In. 6. epid. cõ. 5. aph. 4.

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam diſ- D ſolutionem contrahunt; huius interna aliqua uaſa, ut teſtatum fecit Galenus, non raro diſrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exſtitiſſe halterum, atque diſci, ſciendum praeter uariam utriuſque figuram iam a nobis in ſuperioribus libris declaratam, hoc quoque diſcrimen habuiſſe, quod halteres uarijs contorſionibus altius agebantur, diſcus uero, etſi in altum proijceretur, tamen longitudo ſpatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempeſtate faciunt, qui ſeſe in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in diſcobolis uiſebantur. Iaculatio porro ſicuti a diſci iactu parum in ipſa proiectione differre uidetur, ita quoque uires ſimiles & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum eſt. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi- E nime ſilentio obuolui debere ſentio, ueteres ſcilicet non ſine myſterio Æſculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos ſanitatis magiſtros arti iaculandi tamquam Deos praefeciſſe; nimirum hac ſententia innuētes, huiuſcemodi exercitationem bonae ualetudinis conſeruationi, boniq. habitus acquiſitioni ſtrenuam opem afferre. cuius exercitationis poſtquam plures ſpecies effecimus, alias a iaculorum, ſiue ſagittarum uarietate deſumptas, alias ab arcubus ſeu baliſtis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem poſsidere autumo, niſi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uellim, ut magnam curam adhibeant; quoniam ſaepe numero peritonaeum diſrumpi, inteſtinaq. in ſcrotum deſcendere, & per conſequens hernias in ſimilibus exercitationibus generari experientia F compertum eſt: cumq. in emittendo maxima uis, atque intenſa ſpiritus retentio adhibeatur, pectori adſtricto, atque infirmo huiuſcemodi iaculationem aduerſari puto. Non eſt quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagaſſe tamen uitam aucupio ſagittarum iaculatione facto. quod an faceret exercitatio ipſa, an delectatio illam inſequens, mihi ab utroque factum uериſimile uidetur.

lib. 2. c. 12.

5. de finib. bo. & mal.

A *De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.*

SI ullum eſt exercitationis genus, quod illis, qui ſanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoſcendum ſit, quodq. ceteris quibuſcumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem eſſe nemo negabit: ſi quidē nullus eſt, ſiue puer, ſiue adultus, ſiue ſenex, qui non modo eam praeſtantiſsimam, ſed ſolam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo uſu, quibus quaeq. corporis partibus, & proſit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod eueniſſe exiſtimo, cum ob uarias illius ſpecies, tum ob poſteriorum hominum incuriam, qui & in huiuſcemodi rebus, & in
B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oſcitantius ſeſe geſſerunt. Quamobrem operaepretium facturum me eſſe ſpero, ſi, deambulationum ſpecies praecipuas recenſens, conſequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonſtrauero. ſed duo ante cetera ab omnibus conſiderari cupio. Primum quod ſaepe inuenire eſt apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi ſimul ambulationes, & exercitationes; quaſi illae ab his ſeparatae nec exercitationes ſint. quorum ſententias ſic interpretari uolo, ut ſemper, dum ipſas ſeiungunt, ſub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, ſignificent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum eſt, duas Galenum, & eos, qui ipſius doctrinam ſecuti fuerunt, deambulationis principales ſpecies tradidiſſe,
C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon poſt relictos aliarum exercitationum labores adhiberi ſolitam, de qua nō eſt nunc inſtituti noſtri multa uerba facere; alteram ſimplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in ſanis ad conſeruandam, atque augendam maiores utebantur, noſque uti poſſumus. atque de hac erit tota noſtra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, aſsignauit; quoniam, cum tot ſpecies habeat, non parum diuerſas, ſub unica illas omnes differentia comprehendere impoſsibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipſo, a quo (ut ſic dicam) earum eſſentia exſiſtit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres ſunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remiſſae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuerſiuae, atq. D
hae, uel totis pedibus, uel ſummis digitis, uel calcibus. A loco, quo-
niam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs pla-
nis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel ſub porticu, uel
ſub Dio, uel ſub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae
aeſtate, aliae mane, aliae ueſpere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot
enim deambulationum diſcrimina (ne minutius rem partiar) apud
auctores, atque ex ipſa rei natura, experientiaue reperio: quarum
nonnullae ſane poſſunt eſſe apotherapeuticae, ſicut apud antiquos
6. colle. cap. 21. fuerunt. At non eſt ignorandum, tunc illas in uſum uenire, quādo
iam confectae ſint grauiores exercitationes, ſiue poſt purgationes,
quas medicamenta fecerint, & poſt ſublitionem oculorum, & poſt
copioſum uomitum: atq. hoc deambulationis genus aptum eſt a-
nimum remittere, ſpiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae diſtenta ſunt ſoluere, itemq. thoracem purgare, & facilem re-
ſpirationem reddere, inſtrumenta ſenſus roborare, uentriculum fir
mare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae laſsitu-
1. d diaeta. prope finē. dinis ſenſum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque diſſoluere.
de iſta loquebatur Hippocrates quando ſcripſit, deambulationes
poſt exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime ue
ro permittere, ut caro prae labore colliquetur, ſed ipſam purgare.
Atqui deambulationū ſimpliciū mediocris ceteris omnibus magis
16. famil. Epiſt. lib. ex uſu eſt: de qua intelligendus eſt M. Tullij locus, quando is Tiro-
ni conſulens, ut ualetudinem curaret, ab ipſa quinq. poſtulari ſcri
pſit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας,
id eſt ciborum coctionem, triſtitiae carentiam, ambulationem mo-
deratam, oblectationem, & alui ſolutionem facilem. mediocrem au F
tem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas ni-
hil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta ſit,
quemadmodum ambulationem profuturam eſſe debere tradidit
Orib. ibid. Antyllus, quae, ut ſentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci,
7. epiſt. 79. niſi adſit ſputum ſanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loque-
batur Seneca, quando ſeſe deſtillationi, a qua ualde affligebatur, de
Lib. chr. 1. c. 5. & li. 3. ambulatione ſuccurrere fatebatur. hanc candem pro inſania, proq.
cap. 1. aſthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: eſt uero etiā
9. d comp. med. ſ. l. c. 1 maxime utilis ſtomacho humeſcenti, dolenti, & in quo alimenta
31. coaceſcunt, corrumpunturue. In arquatis, ſiue ictericis curandis
ea uſus Archigenes inuenitur. ſimiliter efficax eſt ad mulieres, qui-
bus ſuppreſſae ſunt purgationes, & cum aluus ſiſtitur, cibi ſu-
pernatant, urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor

bis

A bis prodeſt, & ad ſummam omnibus ijs, in quibus neceſſe eſt aut a ſuperioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propenſa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatio huiuſcemodi obeſt, nimirum quae, ut ſentit Galenus, calorem, & conſequenter febres augeat; nocet epilepticis, ſanguinem excreantibus, mingentibúsue, aut ſeminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, ſi quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polyſarchia adhibendam eſſe iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praeſtant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualetudinarijs ſenibus imbecillioribus, & ijs, quos poſt cibum ambulare delectat, quiq. nuper a ſomno ex B pergiſcuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas ſeſe praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam eſſe crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius abſoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exſiccatis commēdat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborās deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē probauit, nempe quae ſine capitis concuſsione humores a ſupremis ad infima deducere, eos leniter diſsipare, attenuare, & uniuerſum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxiſmus non affligit, iuuare, mino- C rem fatigationem quā ſtare pedibus afferre, tradidit Galenus. In ſpirandi difficultate & in ſacro igne ſimiliter, quem graeci ἕρπητα, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiuſcemodi conducere teſtatum reliquit Cornelius Celſus; quam & pro elephantiaſi curanda in uſu habendā eſſe conſuluit cum eo Coelius. uehemens ſiue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea ratione a Celſo ad debellandum corporis tremorem uſurpatur; anhelitum auget, & flatus diſcutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus eſt Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus ſimiliter debilibus, & ſuſcipiendae podagrae expoſitis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro iſchiadicos dolores & podagram generari, ſcribit Galenus; ſicuti ex aduerſo remiſſam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

6. Epid. com. 3. aph 3.

li. 4 chro. cap. 7. & lib. 5. c. ult.

2. de acutis 3. 1. doct. 2 cap. 7. par. 1. 13. 7. Metho.

1. chronic. cap. 1. Cap. 4.

1. ad Glau. li. de palp. conul. & ri. lib 3. de re med. c. 33. li. 4. c. 4 & lib. 5. c. 28. Li. 4. chro. cap 3 Cel. lib. 1. cap. 4.

ternis conuenire, inſinuarunt Coelius, & Celſus, ubi deambulatio- D
nē molli ſtramine, coaequato ſolo peractam ipſis commendauit. debent enim (ut ſcriptū eſt a Tralliano) qui podagra & articulorū affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potiſſimumq. ante, & non poſt cibos. Nam laſſitudo his maxime aduerſatur, ut quae articulos plus iuſto calefaciat, & inflammet, ipſiq. aliā rurſus materiam ex longinquioribus particulis ad ſe attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter cauſſam ſuggerant. Multa deambulatio ſecundū Antylli ſententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes nō nutriūtur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca uero prodeſt ijs, qui poſt exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus eſt, ut is in fundum ſtomachi deſcendat, & quibus grauitas in corpore ſentitur. Longa & recta ambulatio E
minorem, quam breuis, moleſtiam parit, capiti prodeſt: ut non immerito Coelius, atq. Cornelius Celſus epilepticis curandis eam ex uſu eſſe iudicauerint; at nimis exſugit, humiditates, atq. exſiccat. ob idq. merito accuſandus eſt Themiſon, qui atrophia laborantes duodecim ſtadiorum ſpatium greſſu conficere ſuadebat. Longa & concitata ſingultui comprimendo ſecundum Aetij ſententiam ſtrenue prodeſt: breuis ſicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Ariſtoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta conſtans diuerſitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuerſionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non ſine ratione epilepticis damnatur; cuius rei cauſſa ambulatio quoq. circularis merito improbanda eſt, ut pote quae caput uertiginoſum reddat & oculis uehementer noceat. Nam Caſsius medicus antiquus in libello F
problematum, quem graeca lingua conſcripſit, cauſſam indagans, ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, ſed ſolum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime difflationem materiae impediunt, circulares uero eā fieri non ſinunt, quod aer uehementius illiſus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodū & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motū in capite uertiginoſum afficiunt. ſicuti namq. icterici omnes externos ſapores amaros ſentiunt, & qui ſuffuſiones in oculis patiuntur, quoſcumq. colores rubeos iudicant, ſimiliter in circularibus motibus, cū in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, ſicq. uertiginoſa paſſio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intenſione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodū ſcriptum eſt ab Antyllo, capiti male affe-

Oribaſius ibidem lib. 1. c. 4. Lib. 3. c. 33. Cel. lib. 3. chronic. 7.

Probl. 38.

cto

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori; utero conuulſo, purgationi ſuppreſſae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia ſurſum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obſeruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo ſuppreſſae utiles eſſe. Quae uero totis pedibus fiunt, cum ſub aliqua ſemper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipſarum etiam facultates obtinere, rationi conſentaneum eſt. Atq. haec de ſpeciebus ab ipſo motu deſumptis.

## *Iterum de deambulationum qualitatibus.* Cap. XII.

INTER deambulationum ſpecies, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adſcendendo, aut
B deſcendēdo exercentur. ſi fiant adſcēdendo, ualde profecto uniuerſum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam ſuſtinentur ab ijs, quae primum mouentur inſtrumentis, reliqua corporis membra uniuerſa. ſcribit Ariſtotel. ambulationes per accliuia, tametſi ſint hebetiores motus, magis ſudorem prouocare, quā per decliuia, nec non ſpiritum proſiſtere; quoniam graui cuiq., ut deorſum ferri ſecundum naturam eſt, ſic ferri ſurſum contra naturam, itaq. caloris natura, quae noſtra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, ſic per accliue preſſa onere nititur, acriusq. ob eiuſmodi motum incaleſcit, & ſudorem mouet, & ſpiritum proſiſtit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre cauſſae poſsit, ut directa ſpirandi reciprocatio auferatur. qua ratione ſecundum
C Antylli ſententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui ſpiritum exiguum ducat, & praeſertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam ſupplet. Legitur de Demoſthene, conſueuiſſe ipſum adſcēdendo deambulare, atq. inter ambulandū orationes pronunciare, quo ſic productae ſpiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, aſſueſceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduerſatur; propterea quod dicebat Ariſtoteles, dū adſcendimus, nos corpus ſurſum iactare, diſtentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipſa, quae ſecundum naturam in anteriorem partem flecti nata ſunt, quaſi contra naturā flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae deſcēdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nō parū laedit, nimirum quae & eiuſdem Ariſtotelis ſententia in hoc mo-

2. đ tu ua. cap. 9.
2. partic. prob. 38.
5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quaſiq. mouendo D crura uniuerſi corporis pondus ſuſtinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adſcendēdo, tum deſcenden do peraguntur a Cornelio Celſo comprobantur, eo quod ita uarie tate quadam corpus uniuerſum moueatur; niſi tamen id perquam imbecillum ſit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex ſen tentia Ariſtotelis ob motus, quam ſeruant (ut ſic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent ſimilitudinem, citius labores finiunt, necnon ad ſpiritum, & ad cor pus aequaliter conſtituendum magis accommodatae ſunt, quam fa ctae in inaequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs ſunt, qui cito deambulando defatigantur, atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri ſcri E pſit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in curſibus praepoſuit, de quo ſupra latius diſputauimus. neque aliud intellexit Iſcho macus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipſe in agrum ſeruum cum equo ſequebatur, ambulationi in xyſtis factae praetulit. in his tamē diſterminandis ualde refert, nūquid in pratis, in locis aſperis, an in arenoſis efficiantur; quoniā ſi fiant in pratis, blādiſsimae proculdubio ſunt, nihil omnino ſenſus tentāt, nihil cōmouent, at eas caput implere, tum propter odoris ſuauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor eſt Antyllus. Factae in locis aſperis caput replent. Quando autem in arena, & maxi me profunda (quod genus eſt uehementiſsimae exercitationis) a- F guntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Auguſtus dū coxendice, & femore, & crure ſiniſtro, non ſatis bene ualeret, immo ſaepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. ſic enim locum Sue tonij interpretari debere cenſeo. ubi eum arenarum, & arundinū remedio uſum tradit, arenarum quidem tum ad deſiccandas fluxio nes, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re ruſt. cap. 160. Ad materiam ſubinde, e ſupernis ad infernas partes deducendam, eamque diſſipandam potentiſsimae exſiſtunt, & ideo male forſan a Coelio taxatur Eraſiſtratus, quod deambulatione in arenoſis locis paralyticos exercendos ſuaderet. ſub porticu factae ambulationes,

lib. 1. c. 2.

Oribaſius Loco citat.

In Oecon.

In uita Augusti. c. 80

li. 2. chro. cap. 1.

aut

A aut loco concluſo, ut ſpelunca & ſimilibus a Celſo, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, ſed intemperato, uitioſoque, craſſo, corpusque uniuerſum replente: niſi tamen porticus, aut loci cooperti in locis ſint domus ſuperioribus, ac tabulis inſtratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, ſint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum eſt huic ſententiae noſtrae, quod antiqui cryptoporticus in uſum iſtum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempeſtates, aut immodici uentorum impetus, aerisq; iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt ſub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celſo praeferuntur. A Vitru- lib. 3. c. 2.

B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praeſertim ſi uiridia adſint, quod tales magnam ſalubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus ſubtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat ſpeciem, & ita auferens ex oculis humorem craſſum, aciem tenuem, & acutam ſpeciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione caleſcat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque diſſipando, quod plus ineſt, quam corpus poteſt ſuſtinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur moleſtiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: conſuluit architectorum princeps ampliſsima, & ornatiſſima ſub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos ſubdiales hae deambu- Loco citato. lib. 5. c. 9.

C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & ſiccandi, & craſſos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & ſtagna, humectare poſſunt: ſed utraque nocent, & praeſertim ſtagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum ſupradictis ſunt praeſtantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nó ſine damno: ſed ſi in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficaciſsimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud ſecus, atque ſi in ſublimibus locis ambules. Quae deinde ſub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet ſecundum Antylli ſententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa diſpergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida cauſſa ortis commendauit. ſed Oribaſius loco citato

quae

quae perflante uento peragitur, ſi ſub borea, tuſſes excitat, thora- D cemque laedit, at uires collabentes firmat, ſenſuum integritatem affert, ſtomachumque diſſolutum roborat. atque de hac fortaſſe lo- quebatur Coelius Aurelianus, dum ſtomachicis deambulationes ſub Dio pro modo uirium adhibendas conſulebat, ſi ſub Auſtro, caput replet, ſenſuum inſtrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad diſſoluendum ualet: ſi zephyris ſpirantibus, talis ambulatio ce- teris omnibus, quae in uento fiunt, praeſtat: non enim habet in- ſuauitates boreae, quin potius manſuetudo ſimul, atque iucundi- tas ſunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala eſt, & ferit atque ita ſe habent ambulationes ſubdiales in uentis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in ſole, uel in umbra: qua in re auctores diuerſa ſen- tire reperio. Cornelius Celſus, ſi caput ferat, meliorem ambulatio- nem in ſole, quam in umbra eſſe dixit, & meliorem in umbra, quā E parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto ſubeſt. Ex altera parte Oribaſius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam ſententiam non auderem alteri praeponere, niſi & ratio, & uete- rum medicorum, praeſertimque Hippocratis, & Galeni auctorita- tes teſtatum feciſſent, ſolis radios humanis capitibus maximas no- xas inferre. nempe quae ſi calida, & humida, magis calefiant & eli- quentur; ſi ſicca, ſicciora reddantur, & demum quaecumque ſint, ſemper offendantur, modo uel ruſtici, uel alij ſub ſole uiuere aſſue- ti non ſint. Quod probe cognoſcens Hippocrates ſiue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, ſed ſolam in frigore, aut in ſole peractam uetat. Atqui non illud ta- cendum eſſe duco, ſemper eligi potius debere in ſole ambulare, F quam ſtare, & ambulare uelociter, quam ſegniter, ſicuti prae- ceptum fuit ab Hippocrate in libro de ſalubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Ariſtoteles, quod cum ſtamus, calor permanet, ſicque amplius calefacit. corpus etenim noſtrum (dicebat is) uapo- rem quendam tepidum de ſe continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer poſtea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in ſole mouetur, flatus excitatur, qui refri- gerare nos poteſt, quando motus quiſque frigidus habetur. Am- bulandum potius in umbra (dicebat Celſus) quam parietes, aut uiridaria efficiūt, quam quae tecto ſubeſt: quoniā aer aſſidua qua- dam, & blanda uentilatione ſalubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contamina- re conſueuit, ut de nuce arbore, atque Narciſſo memoriae prodidit

Lib. 3. chr. cap. 2.

lib. 1. c. 2.

in 2. de morb.

5. partic. Prob. 34.

Plu-

A Plutarchus, propterea huiuſcemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore ſuffuſae uitentur, quoniam, ſi per ipſas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaeſt. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipſa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum ſuperficiebus aſpergo quaedam noxia inde corporibus affuſa inhaereat, quae partes extimas ipſorum mordeat, atque diſcindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipſa, & uetuſto codice permotus legendum puto) ineſſe perſpectum ſatis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifeſto declarant, quae alioquin obeſae dum tenuibus ueſtimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes conſumunt. In omnibus autem B fere proderit ſub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginoſis, nempe ſub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agreſtes, & ſponte naſcentes: ſin harum copia deſideretur, inter humano cultu procreatas. Eſt in hac quoque non exiguum diſcrimen reſpectu caeli, quod, dum ſerenum eſt, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam reſpirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aeſtate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: ſupereſt tantum illud C adnectere, ambulationes quaſlibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum ueſpere: quandoquidem matutina aluum emollit, ſi credimus Antyllo, ſegnitiem a ſomno contractam diſſoluit, ſpiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, quod humoris tranſitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, ſcribit: ſicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum ſoluere confirmat. ueſpertina uero ad ſomnum hominem praeparat, ac inflationes diſpergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accuſatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa ueſperam ambulare, ac rurſum conquieſcere, & deambulationem repetere. Poſt cibum diximus exiguam ambulationem aſſuetis conuenire, atque illis, quibus non ſine labore in fundum uentriculi deſcendit cibus: illis

pariter,

3 Sympo. prob. 1.

Cap. 11.

2. de diaeta.

lib. 1. chro. cap. 4.

pariter, quibus caput repletum eſt, lentam poſt cibum deambu- D
lationem commendauit, Galenus, ſecutus fortaſſe in hoc Are-
6. de tu. ua. cap 7. 1. de cōp. med. taeum, qui in uetuſto capitis dolore eandem in uſu habendam uoluit. quamquam ſecundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque ſtatim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquiſsimum, & clariſsimum ſatis mirari non poſſum, quod phtiſicos deambulatione poſt
Cel. lib. 1. cap. vlt. prandia uexandos eſſe uoluerit, quae ſicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuerſos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phtiſicis contingere pernicioſius poteſt: eo magis, quod
2. de diaeta. licet Hippocrates huiuſcemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem ſiccare E
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiuſce generis ambulatione ſcripta ſunt in libro de inſomnijs Hippocrati adſcripto. qui liber cum multa ſuperſtitioſa contineat, forſan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione poſt prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione. iam cetera aggrediamur.

*Explicit Liber Quinctus.*

# ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. SEXTVS

*Quos erectum ſtare effectus pariat.* Cap. I.

EOS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in ſuperioribus demonſtrauimus, hãc rem amplius in diſputationem reuocare prorſus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. Quod etenim haec exercitatio priuatim dorſi partes afficiat, Auer-
B roes, inter Arabas non infimus, ſatis aperte dixit. Qui igitur illud 6. collect. cap. 1.
debile a natura, uel caſu ſortiti ſunt, ſummo ſtudio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut ſaepius diximus) maiorem, quam ipſa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in 1 lib. de paſſionibus renum.
renibus inflammatio, uel ulcera orta ſunt, ne ſtent, magnopere cauendum eſſe, cenſuit Rufus Epheſius. debent quoque huiuſcemodi exercitationem auerſari, quos uel herniae labor ſollicitat, uel in cruribus, aut ſcroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta ſunt, aut qualibet de cauſſa oriuntur. quam ſentẽtiam niſi medicorum auctoritas cõfirmaſſet: ueram tamen eſſe ipſa ratio perſuaderet: quae ſcilicet oſtendit, in ſtantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. modo hernias, modo uarices, mo-
C do ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens ſignificare ob importunas mulierum petitiones haruſpicem, ſi cunctis inſeruiſſet, ſtando, (ſic quiſq. haruſpex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuiſſe, ait: Varicoſus fiet haruſpex. Marium quoque ſcimus omnes, laborioſum uirum exſtitiſſe, ob quod ſi quis dicat, ei uarices, quibus affligebatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in ſtando labores, eum minus erraturum exiſtimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuerſitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque ſitus uarias quaſi ſpecies efficere uidentur. A tempore naſcuntur duae ſpecies, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis ſtando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco ſumuntur differentiae: quoniam uel in ſole, uel in umbra, & hac aut clauſa, aut aperta ſtatur. A ſitu demum

Saty. 6.

Plut. i eius uita.

eua-

euariantur ſtandi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & D
uel iis totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus ſcilicet, & ſummis digitis ſtamus. Ante cibum ſtare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, aſthmaticos, & difficiliter ſpirantes adiuuat, uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & ſiquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices ſupplere poteſt. Vertiginoſis tamen, & quibus ad ſuperiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ſtatione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam ſimilis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod ſcripſit Ariſtoteles) minus homine tuſsire, minusq catharris uexari crediderint: quoniam ipſis minime erectis ſtantibus haud ita uapores natura ſurſum tendentes in eorum capita ferri poſſunt.

Petrus Apponenſis 5. partic. prob. 1.

Qua item ratione eos omnes damnare uehementer ſoleo, qui, ſi alto capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum potius contrarium eueniat, ut ſcilicet qui humiliori, & fere ceteris membris aequali capitis ſitu dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluant. Quamuis ſecus iudicandum ſit, ubi quis uentriculi in conficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in caſu Poſidonius apud Aetium magnopere ſtudendum eſſe iuſsit, ut in decumbendo caput altiori ſitu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accommodetur, & ob id nutrimentum minori moleſtia coquatur. Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum ſtāt: ſtare etenim pauco tempore exiguum quid prodeſſe, neque multum obeſſe poteſt. Qui porro communi illo effato, Prandia poſt ſtabis, inducti, poſt ſumptos cibos ſtare delectantur, ij ſcire debēt, ſi mediocri quodam F tempore ſtetur, deſcenſui ciborum in uentriculi fundum inſigniter cooperari, & conſequenter illorum concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laeſionem afferre: uerum ſi multo tempore ita quis permanſerit, praeter moleſtiam, qua ob ciborum interdum pondus, praeter laſsitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offenſiones ſubire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia ſuperiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat, atque inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque ſpirationem uniuerſam non parum labefactat, uti ex difficultate ſpirandi tunc apparente facile quiſque cognoſcere ualet: poſtremo renes, atque ueſicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex ſimili ſitu ad eas partes deferuntur, renesq. &

lumbi

A lumbi uehementer incaleſcunt, debilitanturq. ut nõ temere uideatur praecepiſſe Rufus Epheſius, ne quis ulceribus renum laborans, etiam ſi morbus inclinare coepiſſet, ſtaret. Statio in umbra ſemper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut ſit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid ſecus non accedat. hoc autem dico, quia ſaepenumero umbra uel eſt locorum concluſorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius pernicioſae rei, quas omnes corpus maculare, & ſanitatem deſtruere nemo negabit. Ceterum de ſtã tibus ſub ſole in hunc modum determinandum eſſe, iudico, quod ſcilicet ſtare ſub ſole in aeſtate ſummopere calefacit. immo ſententia eſt Ariſtotelis, cum ſtamus in ſole magis deuri, quam dum mo- B uemur, etſi per ſe motus ipſe quoque calefacere ualeat, quod alias fuſius explicauimus. Si igitur ita eſt, rationi cõſentaneum efficitur, iuuamentum inſigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali inſolatione uſum Archigenem reperio. ne interim ſilentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex Antylli ſententia leguntur, inſolatione ſcilicet uarijs modis antiquos uſos fuiſſe, alias cum unctione, alias ſine unctione, modo ſedendo, modo iacendo, modo ſtando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum eſt, quod ſi inſolatio adminiſtretnr non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde ſaepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius C maior non modo purgato corpore, uerum etiam poſt cibum in aeſtate ſub ſole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuiſſe medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora pluſquam par ſit incaleſcere, febres, atque capitis dolores gigni: ſin autem antea quam corpora ſoli exponantur, opportune exinaniantur, aut ſine unctione, aut cum unctione fieri poteſt: ſi fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti ſuccurrit, quod illud durius atque impaſsibilius reddat, & obid merito in Epilepſia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo ſit inſolatio moderata: ſicut item in ea inſaniae ſpecie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, ſudores elicit, carnem conſeruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praeſertim hydropica deprimit: neque tamen ipſa noxis ſuis caret, quando quidem mora

quaeuis

lib. de affe. ren.

5. ſectio. prob. 34.

lib. 3. c. 3.

Lib. 3. c. 6.

9. de cõpo. med. ſ. l. c. 1

Plin. nepos lib. epiſt. 3.

Gal. d̃ cauſis morb.

Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis ſub ſole bilem auget, & conſequenter iis, quibus calor D
6. epid c6. 1.aph. 10. 2.de tu ua. cap. 12. natura mordax eſt, ualde aduerſatur, ut a Galeno ſcriptum eſt, ſpiritumque craſsiorem, denſioremue efficiens, aſthma, & orthopneam exacerbat. Ceterum ſi abſque unctione inſolatio adhibeatur, in ceteris eoſdem effectus parit, niſi quod corpus exſiccat magis, tamquam pingui illo aduſto, & ſubinde maiori nigredine ſuperficiem totam inficit, necnon carnem inſtar cauterij cuiuſdam denſans minus per inſenſibilem tranſpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuſcemodi inſolationem ad minuendam polyſarchiam ab Aetio laudatam cenſeo. Lib.1.ſer.3. cap.31. Verumtamen duo hic animaduerſione digna eſſe exiſtimo, alterum, quod medicos, ubi ſub ſole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluiſſe opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonſtrant, capita detecta, ſi ſoli exponantur, ualde offendi, E nempe quae ſupra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad ſeſe attrahunt, ſicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire ſuſpicandum eſt, propterea quod, ut ſcripſit Ariſtoteles, 2.partic. preb.9. induta corpora a ſole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius lib. de cauſ ſis morb. radiis minus feriantur. atque hoc totum a Galeno ſignificatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi ſub ſole manent, uniuerſum corpus calefacere; qui uero induti, caput ſolum: nam demonſtratum eſt a nobis libro tertio, Maiores noſtros numquam fere caput tegere ſolitos: ne miremur Galenum, dum indutos ſcripſit ſub ſole, capite tantum ualde incaleſcere dixit. Alterum animaduerſione dignum eſt, quod, ſicuti ſedentes, & ſtantes ſub ſole uehementius incaleſcere, ſiue potius deuri experientia conſtat, quam ambulantes, F & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuerſa a nobis dicta de ſtantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. ſtare namque calcibus innixos non modo laborem, ac moleſtiam inducit, uerum etiam nullum iuuamentum effatu dignum praeſtare creditur: quēadmodum ſimiliter eos, qui ſummis digitis ſtare conantur, praeter fatigationem illico ſuccedentem partes illas callis moleſtiſsimis afficere compertum eſt, & praeſertim quando quis eo frequēter utatur. hi ſiquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis aliis proſpectare ualeant, cuius gratia ab antiquis ſpeculator, ſiue σκώψ pingebatur facie hominis ſtantis ſupra digitos, ſummamque manum ad umbellae formam ſupercilici ſadmouentis, ut Aeſchylus in Theoris meminit.

A *De pugnarum effectibus. Cap. 11.*

PVgnarum, quae maioribus noſtris ad ualetudinem inſeruierunt, quaeq. etiam temporibus noſtris inſeruiendi ſimiliter facultatem obtinēt, aliae fiunt cum armis fictis, neque incidentibus, uel pungentibus aduerſus hominem, aliae aduerſus columnam aut palum, aliae aduerſus umbram. atque omnes uel fieri poſſunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduerſus hominem uel columnam inter magnas exercitationes repoſuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum enſibus factum eſſe ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes ſimul, atque opera manifeſte repoſuit Galenus, qui ſimiliter certare aduerſus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem eſſe iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus poſt ipſum cenſere uiſi ſunt. Cum itaque res ita ſeſe habeat, pugna non armatorum tam aduerſus homines, quam aduerſus columnam adminiſtrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, ſudores ciet, exuberantem carnem ſupprimit: & proinde a Coelio in curanda polyſarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat. renibus item laborantes huiuſcemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, ſiue aduerſus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & ſuccos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire ſupra mōſtrauimus, proprie autem ſecundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exſiſtit: praeterea ualet, ſi Antyllo credimus, ad ſedandam affectionem laſsitudinis ſenſum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. eſt etiam utilis uitijs, quae thoracem infeſtare ſolent, confert renibus, & colo inteſtino, materiam ad inferiores partes deducit, & praeſertim in iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non ſolum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam ſalientes, interdum uero tamquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia ſimiliter ualet pugna aduerſus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non eſt tamen ignorandum, pugnam aduerſus hominem pugnantem initam, magis exercere,

[Margin notes: 6.epid cō. 1. aphor. 6. 6. coll. c. 2. — B — 2. ā tu. ual. c. 8. 10. & lib. 1. fen 3. doc. 2. c. 2. — Lib. 1. chr. cap. ult. — 6. epid. com. 1. aph. 5. — C — 2. ā tu ua. cap. 10. — 6. collec. cap. 29.]

& uim maiorem corporibus inferre, quam iſta: quoniam, ut ab Ale- D
1 Libro. Prob. 120. xandro perbelle ſignificatum eſt, athleta, ſi obnitatur antagoniſtae, fortitudinem eius auget; ſin cedat, neque reluctetur, robur eiuſdē reſoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda eſt, quae cū robuſta, & ualida corpora eſſicere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inſcribitur, dixit, quod *τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι*, ſiue armatum pugnare corpora robuſtiora, ſi quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem
loco citato laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipſo ad motum aptius, & ad carnem ſuſcipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exſiſtere, ut corporis firmitatem, & longam reſpirationem gignat, cum illi, qui ſeſe pugnis ſimilibus dedunt, omnem al am E ſpiritus expulſionem ferre poſsint: facit autem huiuſcemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia eſt, praeſertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere preſſum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: *ὁπλομαχίαν*, ſiue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem eſſe exiſtimans cum armata luctatione, *ὁπλοιτοπάλη* ab Æſchylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae ſpecies armis in manibus nullo modo utebatur, ſed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, ſicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, ſiue celerem agitationem,
2. de tu. ua. cap. 10. quam Galenus in numero uehementium exercitationum repoſuit, ſpeciem quandam exſtitiſſe. An uero de hac armata pugnae ſpecie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polyſarchia F poſtquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. » Tum hoplomachia, hoc eſt armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex ſuperioribus patet, relinquitur: quoniam, & ſi nomen Graecum hanc ipſam ſignificare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipſo illata explicatio, & uſus demonſtratus manifeſtum argumentum faciunt de pugna illa ſermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hāc poſtremam carnem, ſed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non uidetur hic locus expoſcere, ut ſermo ullus habeatur, propterea ꝙ cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriuſque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

bitror,

A bitror, quantum abſit, ut ſimilis concertatio ullam profligandis
morbis, tuendaeue ſanitati opem afferre ualeat: ea enim eſt, quae
hodie apud multas Chriſtianorum nationes ſub Duelli nomine nō
ſine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quāque & anti-
quis & noſtris temporibus ab uno hominum inimiciſſimo Sathana
repertam ad perdendas animas fuiſſe ſemper credidi. quod namq.
non monomachiam antiquorum, ut falſo probare conati ſunt, qui
hucuſque duellum tractarunt, ſed potius gladiatoriam duellum
huiuſce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis de-
clarata, hoc item atteſtari uidetur, ſcilicet iiſdem armis, atque eo-
dem prope fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores
pugnabant: illud unum intercedit diſcrimen, quod illi tum gloriae
cuiuſdam inanis gratia, tum praemiorum ſpe, ſed fere ſemper ui
B quadam, utpote uel ad ſupplicium condemnati, uel in id empti, at-
que edocti ad certamen ducebantur: iſti uero ſponte, & nullis co-
gentibus, niſi ſolius honoris uana quadam & falſa defenſione pro-
lectante aguntur: ut hac ratione minus excuſatione digni habean-
tur, cum ſponte in propriam ruant perniciem. Vtinam reſipiſcant
tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt,
tanto minus Chriſtianos decere: ſic profecto & multae urbes, quae
ob hoc inteſtinis, & ſaeuiſsimis diſſenſionibus exagitantur, ad me-
liorem ſtatum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq.
melius conſuleretur. At ne longius a propoſito noſtra diuagetur
oratio, haec ſufficient, ſi illud addidero, quod Celſus, Scribo- lib.3. c.23.
nius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis lib de cōp.
ſcilicet creditum fuiſſe, gladiatoris iugulati ſanguinem epotum iu- cap. 18. lib. 28. c. 1.
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipſorum feri-
nam ſuperſtitionem, quam ut ullam fidem adhibendam cenſeam,
ſignificare uolui.

### *De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. Cap. III.*

MVLTA apud antiquos exſtiterunt exercitationum gene-
ra, quae quoniam non ita frequenter uſurpabantur, ab
auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec au-
tem primo ſeſe offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus
ſummis concertare, quod, ſiue luctae ſpecies aliqua foret, ut non-
nulli crediderunt, ſiue ſeparata quaedam exercitatio, ut Galenus 2. de tu. ua.
cenſuiſſe uidetur, ubi poſt luctam alias quaſdam exercitationes ad- cap. 8.

numerans acrochiriſmum nominat, facitque manifeſte a lucta di- D
2.de tu. val. cap. 10. uerſum, conſtat ipſam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib. 3. c. 3. cennam inter ueloces ſine robore exercitationes locum obtinuiſſe,
lib. 1. c. 17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, ſuccosque detra-
Li. 1 ſen. 3. doc. 1. c. 2. hendi facultatem poſsidere, ut appoſite inſinuare uiſus eſt Hippo-
2. de diaeta. crates, apud quem legitur acrochiriſmum attenuare, & carnes ſur-
lib. citato cap. 11. ſum trahere, proprie uero manus, atque brachia ſecundum Gale-
Lib 4 c. 4. num in ipſa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citato partes corroborare in animo eſt, ſicut iis ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infeſtare ſolet. de hoc locutũ eſſe Celſum quis credere poteſt, ubi in iis qui ab arida tuſsi exagitãtur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλεθρίζειν, ideſt ecplethriſtare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recenſetur. Auicenna autem illud ex for- E
tioribus eſſe dicit, niſi uelimus ipſum in comparatione ad debilia loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati ipſi, & Galeno, a quo iſta omnia accepit, manifeſte repugnantia ſcripſiſſet. Eſt igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis, quibus celeres conferunt: ſed peculiariter crura, & pedes exercet: thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male uexatur, ualde obeſſe reor, haud ſecus atque capitibus male affectis uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuerſionibus, quaſique circuitionibus facillime tum uertiginoſas, tum apo pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exercitationum cenſu eſt, & πιτυλίζειν ſiue pytiliſſare, aut pytiliſma,
in Miſcel. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
cap. 38. inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen ſententia F
haud prorſus uehementia aliqua caret, cum ſtatus ille ſupra pedum extremitates, necnon uelox manuum modo antrorſum, modo retrorſum agitatio haud quaquam ſine muſculorum intentione, & proinde ſine ui, aut robore quodam peragi poſsit. Vnde in huiuſce modi exercitatione obeunda uehementer incaleſcere corpora affirmare non dubito. Ad haec motus iſte brachia inſigniter exercet, ſed eos, qui capite ſunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã podagris ſuſcipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius uſum exſtitiſſe autumo, quando poſt longam brachiorum ualetudi nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis aſſuefacere, nec
2. de tu ual. non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno
cap 9 nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
loco citato comprobata, quae, quia aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui

conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam ſi quis alteri iubeat, ut ſe uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipſe non manibus modo, uerum etiam cruribus, ſpinaque conſtans, inflexusque reſiſtat, quo genere Milonem ipſum ſeſe exercitaſſe ferunt, dum conuellere ſe, moucreque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incaleſcet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de ſimili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polyſarchia minuenda uoluit ita aſfectos alienis laboribus hoc eſt colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelíſmum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda eſt talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorſo, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto B ſi quis (ut Milo ſactitabat) conuellere ſe, moucreque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, ſi pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, ſiquis alterum complexus medium, aut etiam ipſe medio comprehenſus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur abſoluere ſe iubeat, aut ipſe ſe a cõplectente ſoluat: niſi quod in hoc periculum imminet, ne uiſcera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum diſſolutio quaeritur. Ita etiam ſi quis alterum, qui uerſus ipſum ſe inclinet a latere C aggreſſus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod ſublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis ſi dum geſtat, ipſe nixu, renixuque corporis utatur: ſic namque ſpinam uniuerſam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibns nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerſo innixi magno ſe conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorſum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per conſequens robur corpori uniuerſo comparant: at periculum ſubeunt, ne thoracis uaſa aliqua rumpantur ipſis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametſi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti uſu fuerunt, & praeſertim nobilibus, ac illis qui nõ ſine ſuauitate quadam ſanitati operam dabant. hac item tempeſtate non deſunt, qui ipſis utãtur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5. cap. vlt.

D

## *De ſpiritus cohibitionis facultatibus.* *Cap. IV.*

DEtentionem ſpiritus ſpeciem quandam exercitationis eſ-
Cap. 6. ſe, cum abunde in libro tertio demonſtrauerimus, id amplius repetere non eſt opus: illud dumtaxat adiungam, non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, niſi quod animaduertentes nos in huiuſcemodi exercitatione muſculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & ſubinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Ariſtoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri ſine uehementia iudicare poſſumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, ſpiritus detentionem meatus diſparare, cutem attenuare, necnon humiditatem ſub cutem extrudere poſſe. A Galeno ſimiliter, & ab Auicenna ſcriptum eſt, retentionem ſpiritus membra ſpiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon anguſtas cauitates ampliores reddere. Quod etenim ſpiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare conſtat: quippe qui in ipſa retentione undique compulſus in anguſtos ſe recipere meatus cogitur, eosque, ſi amplius truſus, propulſusque fuerit, etiam penitus tranſire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil ſecum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices anguſta inſtrumentorum foramina uehementiore ſpiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tãtum ab ipſo quaedam impelluntur, quaedã trahuntur, nam trudũtur quae ante occurrũt, attrahũtur quae ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motus utraq. coacta. Quod uero ex retento ſpiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam ſi thorax in medio corpore locatur, ſane illo magna aliqua inſpiratione aere impleto, & deinceps ſupremo laryngis oſculo ligulae opera clauſo, necnon muſculis toto thorace preſſo, neceſſum eſt aerem compreſſum undiq. meatibus corporis uniuerſis inſeri, ſicque intruſum eos undequaq dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo ſuperiores. ſic ergo per ſpiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipſaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praeſertim inflationes remouentur. ut non temere Plato ſub perſona Eryſimachi medici, necnon Ariſtoteles memoriae prodiderint, ſpiritum cohibitum a ſingultu liberare. quorum placita ſecutus Galenus ab eodem non ſolum ſingultum, uerum etiam tuſsim a frigida inſtrumen-

Margin notes: 2. partic. Prob. — 2. de diaeta. — 3. de tu. val. cap. 2. — in lib. artis med. c. 87. — Li 1. fen 3. doc. 2 c. 2. — E — F — in ſymp. 2. partic. Prob. — li. de med. fac. par. & libro 2. de ſymp. cau.

torum

A torum reſpirationis intemperie contractam exſtingui teſtatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione anguſtos quoslibet meatus ſpiritus compreſſus penetret, cunctaque ſic adaequentur, & ad temperiem priſtinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc ſententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui ſpiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obſeſſa gerunt, quiq. expulſiones quaſcumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oſcitationes & pandiculationes calido flatus diſsipante huiuſmodi ſpiritus retentionem ſoluere clarum eſt. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam reſpirationem crebrarum oſcitationum eſſe remedium. In reſolutione linguae exerceri ſpiritu retento probauit Celſus, ſicut & Aetius in omni uocalis inſtrumēti reſolutione: uim
B namque expultricem excitari, atque confirmari in ſpiritus cohibitione, argumento ſunt multi, & praecipue pueri, qui ſiue plorando, ſiue ridendo, ſiue alio pacto ſpirationem contineant, aut in ipſo actionis tempore, aut paullo poſt, modo ſtercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: ſimiliter obſtetrices iſtud teſtantur, quae ad partus expulſionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes ſpiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipſas ſaepe errare ſcribit Aetius, quando ex nimia hu- te trab. 4.
iuſcemodi ſpiritus cohibitione aneuriſmata, ſiue arteriarum incu- ſer. 3. c. 10.
rabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in 11. partic.
oculis, ut Auenroar teſtatus eſt. Dicebat Ariſtoteles ſpiritu retento prob. 48. Prob 20.
melius audire nos, quoniam reſpiratio ſtrepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:
C quamuis Caſsius Medicus aliter ſentire uideatur. Exſtat item Plinij auctoritas, quod euerſos ſcandentesq. ac iacentes, ſi quid ingruat, contraque ictus, ſpiritum cohibere ſingularis praeſidij eſt. Si igitur a ſpiritus retentione tot commoda oriri conſtat, prudenter ſane Coelius Aurelianus ipſam aſthmaticis, ſtomachicis, atque colicis Lib. 27. c. 6.
curandis egregiam opem praeſtare ſcriptum reliquit. Neque tamē Li. chro. 3.
huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipſam aliqua ex parte cap. 1 & 2. lib. 4 c. 7.
obeſſe credamus, quandoquidem Aſclepiades caput opplere teſtatus eſt, cuius ſententia a Galeno certe exploſa fuit. Ego uero illam prorſus non eſſe repellendam puto, quoniam manifeſto conſpicimus, dum ſpiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumeſcere, oculos amplificari, genas ac uniuerſum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clarā indicia eſſe, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

Dioclem tota uia aberaſſe pro certo teneam, dum ſpiritum reten- D
tum in epilepſia curanda praeſidium afferre dixit: ſicut Coelium
lib.1.c.4. laudo, qui in eiuſdem affectus curatione ſpiritus retentionem ui-
tari debere uoluit, cum certum periculum inmineat, ne tunc
Coel.lib.2. ſanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In ſan-
cap.13. guinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis
damnatam inuenio, quibus aſſentiri cogor: propterea quod tum
a calore in pectoris cauea genito, tum ex uaſorum inflatione, di-
ſtenſioneque facillime debilia, & relaxata uaſa franguntur, fra-
ctaque iterum reſerantur. Amplius qui uel hernias, uel crepa-
turas patiuntur, aut peritonaeum, atque inteſtina exſilia, & fra-
gilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo ſpiritu exer-
ceri debent, quoniam hae partes in actione iſta uehementer con-
tenduntur, & per conſequens, niſi robuſtae ſint, citra multum E
laborem diuelluntur, quemadmodum apertiſsimam fidem pue-
ri facere poſſunt, qui ſi interdum nimis quam par ſit flendo, aut
aliquo modo ſpiritum contineant, protinus iis peritonaeum, ſcro-
tumue diſrumpitur, & deinceps inteſtina delabentia, aut fla-
tus intercluſi, uix ſanabiles hernias pariunt: quod ſimiliter tu-
bicinibus, & cantoribus, dum nimis ſpiritum retinere conantur,
ſaepenumero ſolet euenire, & praeſertim quando illi πόδα ἐρεῖν,
(quod Galenus ait lib. de mot. muſc. ſecundo in fine, ac 6. Epid.
com.4.tex.24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc
dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum pro-
pediem dabimus) ſiue edictum facere uolunt. Vna ſeruata ra-
tio ab huiuſcemodi periculis tuebitur, ſi moderate, aut potius
infra mediocritatem ſimilis retentio peragatur, ubi agenda erit: F
alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda
ſequantur.

*De uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione & cantu.* *Cap. V.*

VOcis multas, ſed unam praecipuam exercitationem effe-
cerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν,
Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem
totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exerci
tationes in ſex ſpecies partiemur, quemadmodum magna ex parte
in ſuperioribus egimus, uociferationem ſcilicet, cantum, lectionẽ,
ſermonem, riſum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perſpecta nihil

remanebit,

A remanebit, quod huiuſce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque ſint illae, adſcripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Actio, & Auicenna condicio eſt, quod thoracem, atque uocalia inſtrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio reſpici. ſubinde naturalẽ calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, ſolidas corporis partes, robuſtas, puras, & offenſae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum ſuſcipiat, inde oritur; quia ſpiritus aſsiduo motu, tam attractus, quam exſufflatus colliditur, atteriturque, ſicq. ex ea colliſione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuſcemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq. tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium inſtrumentorum humiditates interB nae conſumuntur, quod euidẽtiſsime declarat denſus uapor ex ore uociferantiũ prodiens, & ſuperfluitates uetuſtiorũ humorũ unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non ſolum in praedictis uociferationibus, ſed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uaſa abſterguntur, multi humores, ut ſputa, muci, & pituitae conſumuntur, quae ſicut antea calorem obſcurabant, debilitabant, & incraſſabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc poſtea ſolidis partibus maius robur, maiorq. impaſsibilitas ſuccreſcit. Si itaq. haec ita ſe habent, rationi conſentaneum eſt, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuerſum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generoſum praeſidium exiſtere. quẽadmodum iſtis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio AuC reliano, & Actio commendatam ſcimus ſtomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos faſtidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, aſthmaticis, orthopnoicis, phtiſicis, diuturno pectoris aut ſepti dolore uexatis, apoſtemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obſeſsis, aut ſecundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitoſis, conualeſcentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. ſtomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. eſt Aretaei medici antiqui, & praeſtantiſsimi ſententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τῦ πνέυματος γυμνάσιον τὸ κάιριόν ἐςι, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob ſuperfluam humiditatem raucae factae, necnon inſtrumentis uoci deſeruientibus reſolutis, atque etiã

malo

Oribaſius lib. 6. c. 8. lib. de tuẽ. ſan. lib. 1. c. 29. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3. d. 2. cap. 2. 6 coile. cap. 2.

Alexan. 1. prob. 87.

malo corporis habitui, qui a Graecis *καχεξία* dicitur, eandem conducere credidit Aetius: quin, ſi uox uel ex morbo, uel ſuapte natura male affecta ſit, tali exercitatione ſecundum Antylli ſententiam emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam, & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter ſilentium quaſi ſuarum actionum oblita, ideo fit ut in hiſce omnibus, quae dicta ſunt, uociferationis uſus ſit utilis, cum longam loquellam diſſoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta eſt, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores ſonos inſpergendo. ceterum qui ex ſilentio oritur, quamuis non propriae uocis ſit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq. uociferatio eſt utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum ſi uocalia inſtrumenta defeſſa ſint, totumq. corpus ſuum tenorem non ſeruet, aut laſsitudine obſideatur: uocis namq. exercitationem a cena factam dicebat Hippocrates, poſt carnis a laboribus colliquationem commodam eſſe, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectionibus non eſt idonea, utpote ne ſcio quid facultatis poſsidens ad replendum caput, necnon inſtrumenta ſenſuum in capite contentorum. Hinc eſt, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter addidit (ſi ferre ualeat aeger) Nam ea uociferatio, quae uehementius peragitur & interdum *ἀναύδησις*, ab Aretaeo *φωνασκίη* uocatur, uno prope uerbo dicta eſt ab Hippocrate affligere, ſiue *λυπέειν*, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut teſtantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius ſententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq. nepos iure conqueſtus ſit, quod Zoſimus eius libertus, dum uoci reparandae ſtuderet, rurſum uena recluſa ſanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus ſtomachicis curandis, & Aetius ſingultui comprimendo uſurparunt. Illud itaque hoc in loco non eſt ignorandum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferationibus neque temere, neque inconſulto utendum fore, ac praeſertim ijs, qui huic exercitationi non aſſueti incipiunt. neque enim ijs uti quiſquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia praeſente: quin etiam uox non eſt exercenda, ſi magnis, & euiden

tibus

[Margin notes: 2. de diaeta. — Cap. 7. — Lib. 1. chr. cap. 4. — 2. de cur. chro. c. 6. — In li. de pceptionib. — li. de inſtr. odor. — 7. de cōp. me. ſ. l. c. 1. — 4. de locis affe. — lib. 5. epiſ.]

A tibus cruditatibus ſtomachus uexetur, ne ex actione inſpirationis, & exſpirationis, quae firmior, & citatior facta ſit, dum uox in magnitudinē, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus diſtribuantur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem ſonum edere, quod acutae uoces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pulſationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt; mediocriter autem uox edita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab eius uſu poſt cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Ariſtoteles, hiſtriones, choros, & huiuſce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, tum clamore feruidus effectus inter excundum aſperam arteriam exulcerat, ſicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum eſt, ex Plu- 1.cur. chr. cap.2. partic. proble. 11. prob.22.

B tarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exaſperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgioſos clamores exerceat; ſiquidem inaequales illae ſpiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulſiones inducere ſolent. Poſt uociferationem ſuccedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam conſiſtit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre poteſt, qua uociferatio deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera portantes, ſi cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, ac numerorum ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſ- li. dē tuē. ua. libro. 1. probl. 76. 19. partic. prob. 1.

C ſus eſt) tibias & ſonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte ſuorum anguntur, & maerent, uel morbo ſollicitantur, homines congregari, uarioq. uti ſermone ſolitum ſit: quandoquidem animus, cum ſe ad uerba transferat, minus rem ſentit aduerſam. Quod intelligentes ueteres, uaria ſcenarum oblectamina ſibi excogitarunt, ut animum ſolatijs modo his, modo illis exceptum ab angore ſeiungerent. De cantu ſiue uociferatione cum harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praeſtare. At in morbis ipſam aliquando uſurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium muſico monitore compoſitum inſanientibus in declinatione conducere ſcripſit. refert inſuper Aulus Gellius, ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe uiperarum hominumque morſibus tibiarum modulos, & cantus mederi; Loco cita. li. 1. chro. cap. 5. li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuiſſe creditum a pleriſque, & memoriae mandatum, iſchiadicos, cum maxime doleant, tum ſi modulis lenibus uel ipſi, uel tibicen (quod factitare ſolitum Iſmeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, ſicut & Philiſtionis frater in lib. 22. de adiutorijs confeſſus eſt: quod remedij genus a Pythagora excogitatum eſſe, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius ſunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Aſclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, appoſite ſatis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena paſsionis robur excludi poſſe crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conſeruandae parum confert, grauiorum autem tonorum ſonus utilis eſt, uociferationi potius, quam cantui ſanitatis ſtudioſi operam dare debent: quoniam ſic plurimus aer attractus thoracem diſtendit, uentremque & meatus per uniuerſum corpus diſſeminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio ſolummodo reperiatur, quae corpora robuſta potius effeminare, non autem conſeruare, aut augere apta eſt. unde mirari ſoleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) ſeſe cantu exercere conſueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipſis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per ſudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam tranſpirationem. Verumtamen illud Auicennae dictum ſemper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem eſt timoroſum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus ſaepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, ſicuti noſtrates ſacerdotes, aut cantores certam fidem facere poſſunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo ſcripſimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac teſtium utriculi humectabantur, ſicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter diſcindebantur: noſtris autem temporibus minime huiuſce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando ſiue cantando maiorem ſeruare neceſſe ſit.

[Margin notes: in lib. de tuen. ua. — loco citat. — Gal. li. 7. d cóp. med. ſm loc. c. 1]

[Margin letters: D, E, F]

A *De lectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus. Cap. VI.*

LECTIONIS a medicis ad ſanitatis uſum probatae duas
ſpecies inuenio, alteram intentam, & concitatiorem;
alteram remiſsiorem. Lectio intenta, quam Cornelius
Celſus auctor elegātiſsimus claram nuncupare maluit, lib. 1 c. 1.
cum ſit agitatio ſpiritus non leniter, nec in ſuperficie, (ut Plutar-
chus ſcribit) ſed uelut in ipſo fonte, in ipſis uiſceribus ualens, calo-
rem auget, ſanguinem ſubtilem reddit, omnes purgat uenas; om- li. d̄ tu. ua.
nes aperit arterias, humorem ſuperfluum non ſinit craſſeſcere, ne-
que concreſcere, neque faecis in morem ſubſidere, in his conce-
ptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere
B a Celſo inter ea, quae commode exercentur, primum locum rece-
pit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, ſed potius conferat, lo
cupletiſsimi poſſunt teſtes eſſe Coelius Aurelianus, & Seneca: quo loco citat.
rum ille in curando capitis dolore, atque etiam inſania ſimilem le-
ctionem adhiberi conſuluit: hic uero ad refrenandas, quas patie-
batur, capitis deſtillationes ipſam in frequenti uſu habuiſſe ſcribit. lib. 1. chro.
obſeruandum eſt in hoc caſu, ne in inſania, aut capitis dolore diffi- cap 1. & lib 11 epiſt.
cilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus 97.
afficiunt, quam corporis immodicae geſtationes. Iuuat inſuper cla
ra lectio cum pectoris intimas partes, tum ſtomachum, cuius etiam
uitia, ut ſcribit Celſus, corrigit, quandoquidē per ipſam pituitoſa
excrementa ſuauiter attenuantur, abſumunturq., & calor natiuus
citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoſcens Pli
C nius maior, dum uoce atque ſtomacho laboraret, in eorum reme-
dium claram lectionem exercuiſſe, auctor eſt illius Nepos. qua pa-
riter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore ge-
nitis ſollicitantur conſuluit leniter exclament, aut concinne cum Li. 9. epiſt.
uociferatione procedendo legant. Sic ad ptiſicos, atque tabeſcentes epiſt. ad Iu. paenult.
ea Methodicos nonnullos uſos fuiſſe legitur. de hac ſermonem fa- Cel. lib 2.
ciens Auicenna dixit, quod ad legendum ſuauiter eſt incipiendū, cap. ult. loco citat.
deinde uox ordinate exaltanda, poſtea cum uox fortior facta fue-
rit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipſius erit ponendum tempe-
ratum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec
de intenſa ac uehementius facta lectione, quam Celſus etiam in tuſ lib. 4. c. 4.
ſi ſicca laborantibus non parum utilitatis praeſtare cenſet. Cete-
rum quae lenius, & remiſsius agitur, ad eadem fere omnia ualet, ni
ſi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipſa poſt

ciborum ſumptionem citra noxam uti poſſumus, quod Plutarchus D quoque non improbauit. de hac autem loquens Ariſtoteles ſcri-
18. partic. prob.1. ptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, ſomno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores craſsi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigeſacientes ſomnum inducunt. ex aduerſo uiros intelligentia praeſtãtes minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipſis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam ſomniculoſi euadunt. Poſt uociferationem, cantum, atque lectionem ſuccedit ſermo, ſiue locutio, quae & ipſa uocis exercitatio eſt, attamen praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenſeri meretur. Nam iis in primis accommodatur, qui praeter modum ad ſomnum propenſi ſunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate ſenſus tor- E pentes, quaſiq. oppreſſos habent. tales namque a ſermone perpurgantur, eorumue animi ita expergeſiunt, ut faciliter mox ſenſus a corpore liberentur. Pituitam porro a ſermone conſumi, indicant ſputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a ſtomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta iſta membra ſer-
Oribaſius lib.6.c. 7. monis beneficio gaudere demonſtrant. Iam uero ſermo uim quandam obtinet, ſi Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia ſciunt medici in doloribus capitis, pluribusue aliis eius affectibus ſermonem interdicendum fore. ſermo praeterea lippientibus, & quibus ſanguis e naribus funditur, aut a pe-
lib.4 c.4. 5.Meth. ctore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celſus, atque Galen. in ſanguinis reiectionibus ſilentium neceſſario requiri uoluerunt; ſimiliter linguam exſiccat, ſitim inducit. atque F
6 Epid. com 3. hinc ſapienter Hippocrates ſcriptis mandauit, ſilere, & os continere ſitim exſtinguere. quam ſentẽtiam explicans eruditiſsimus Plu-
in lib. de loquacitate in fine. tarchus non ſolum ſitim a ſilentio non generari, uerum nec triſtitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum ſeſe a loquendo
lib.27.c.6. continerent, tuſsim, ac ſingultum curaſſe memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Meſsium accepimus ſilentium ſibi imperauiſſe a conuulſione reddito ſanguine. Ad haec uires diſſolui a ſermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in ac-
loco citato ceſsionibus, teſtatum fecit Oribaſius. ut nullum amplius dubium ſuperſit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat ſermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, ſaepenumero animis ingerat. quae ſi perſequi uellem, nimis a propoſito noſtro recederem, quando praeſertim, & Plutar-

chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoſcendis animi morbis, haec cognoſcere cupiētibus ſufficere poſſunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae ſunt exercitationes, quae tametſi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermiſſae ſint, attamen ipſae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae ſunt riſus, & fletus. Nam riſus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praeſertim faciem exagitat, quin illas partes inſigniter caleſaciat, haudquaquam infitiari poſſumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertiſsimum argumentum exſiſtit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocaſſe riſum γέλωτα ἄσβεστον, ſicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem ſignificat deduci

B tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae ſunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie deſipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac triſtitiam in febres, aut alios affectus delapſi ſunt. de riſu uerba feciſſe Coelium Aurelianum exiſtimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, poſt cibum cōmendauit; & quando ſimiliter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuerſis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praeſtat riſus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & ſpiritum calidiorem emittat, ut ſcriptum eſt ab Ariſtotele, qui hac de cauſſa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis ſperandum erit, ſi riſu ſeſe exercere uolen- *11. partic. prob. 13. & 15. & 35. part. prob. 8.*

C tes alas ſibi ipſis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concurſus exſtat, quae titillatae concaleſiunt, & ſpiritum ſubinde ex caleſactione genitum per uniuerſum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum riſum, ſicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic ſenarius. *1. de repu.*

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, ideſt

Riſus intempeſtiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam ſpirituū effuſionem, praeter nimiam agitationem, caleſactionemue, non raro, ſecundum Ariſtotelis, & Alexandri ſententiam, uehementem reſolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & inſitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut ſic ridentes ſudent, ac rubeant ſanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipſum, ſicuti per loci appetitionem ſurſum *loco citato lib. 1. prob. 19.*

ſum efferri, ſic per alimenti deſiderium ima patere neceſſe eſt: igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta calor inſitus interit, & uis omnis uitalis euaneſcit. ut non abſque ratione Homerus finxerit Procos riſu emori,

Odyſſ.5.

Ἀτὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, ideſt,
*tum Proci illuſtres*
*Manus extollentes riſu emoriebantur:*

li.2.de pae dia Cyri.

Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, riſum huiuſcemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodeſſe. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dorſumque oblaeſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & con- E
tenſa robuſtiora euadant, Ciceroq. ſcriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſe, ut ſe intenderent ad firmitatem; exiguum tamen uſum in tuenda bona ualetudine habere certo ſcimus: pueri namq. fortaſſe a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu inſueſcunt, quippe qui ſtatim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius cauſſam Soranus epheſius explicauit eſſe; tum quia tenuis ſpiritus a luce concutitur: tum quia inſuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam ſententiam ſecutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos eſſe, qui animum dicant, quod amiſſo caeleſti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quemnam ex fletu capere fructum queant, nuſquam ui- F
deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Ariſtotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque atteſtari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto ſpiritu ob uires defatigatas reſpirare ſentit. qui item a fletu nonnumquam febres accendi perſpicue teſtatus eſt. quātum ſubinde oculis ipſis detrimentum afferat, inde conijcere faciliter poſſumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (ſi Caſſio medico credimus) defluentibus eos conſumi neceſſarium eſt. ut ſumma cum ratione eloquentiſsimus auctor Cornelius Celſus continuos fletus oculos imminuere ſcriptum reliquerit: ne ſileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia inſtrumenta inter flendum madefacta, exaſperataue, eam raucam efficiunt, tuſſesque, ac noxios catharros latenter concipiunt, nam & apud

1. Tuſcul.

in Iſagog. cap.17.

lib.1. prob.61.

loco citato 5. Aph 54.

1 de tu. ſa. cap. 8.

In prob.

lib. 6 cap. de cur. ocu.

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum poſt cibum ualde ſtomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco ſimilẽ uocis exercitationem dumtaxat animorum paſsiones, ut uoluit Poſsidonius, exſaturare poſſe, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij paſsionibus uacui etiã ſi uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta ſufficiant. Galc 4. de pla Hip. & Pl. ca. ult.

*De Cricilaſiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.*

CRICILASIAE exercitatio tametſi apud nullas nationes (quod ego ſciam) in uſu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com-B pertum ſit, nihilominus facultates eius ab Oribaſio deſcriptas praetermittere nolo, ut ſi forte alter, uel ipſiſsimam Cricilaſiam, uel aliam ſimilem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaq; inter magnas exercitationes locum habuiſſe, memoriae proditum eſt ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilaſiam intenta corpora mollire, & quae loco ſtabiliri non poſſunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate ſic parare, ut facile flectantur, & ſtabiliantur; neruoſq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad ſtatum ſuum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, ſatis mihi conſtat, niſi uel eundem, trochum noſtrum uocatum, uel paullo diſſimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remiſſas collocandum eſ-C ſe omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo ſtando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, ſecundo loco ſenibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incaleſcunt nimis, tum etiam aeſtate potius aptabitur; peculiariter uiſus in ipſo exercetur, brachia, & crura; quae omnia in ſimili motu ſuauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime poteſt; ſicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluum citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & ſuccis uentriculi, ac totius corporis concoquendis ſuffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio ſunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusq. crurum ſollicitari conſueuerunt, ab hac exercitatione abſtinere de-

6. collect. cap. 26.

Oribaſius loco citato

bent; quoniam in alteris ſpiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos mor-
bos ouent, ac incredibiliter augent. Inde eſt, quod Aretaeus in cu
libro. 1. fen. 3. do. 2 cap. 2. ratione, epilepſiae ſolam eius uertiginis inſpectionem, quam facit
inſtrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo ſupra ſumus
locuti, epilepſiam inducere monuit. Hoc fortaſſe exercitationis ge
nus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retor
tis dictis alſulegian cum pila magna, aut parua lignea, niſi quod il-
lud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nomi-
nans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile, ſoliſque
paruis ſphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus,
quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum fer
reum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas ap-
proximando, quod quidem genus dorſum ob inclinationes conti- E
1 lib. de of. ſe. ren. nuas exercet; attamen caput offendit, atq. renes in quorum ulceri-
bus ἐξαπιναίους ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. ad-
5. de tu. ua. cap. 3. modum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Galen. exer-
citationes inclinato capite, dorſoue peractas nequaquam illis con-
uenire, q. occaſione qualibet leui uertigine, epilepſia, ophthalmia,
auriũ dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationi-
bus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequentior
eſt pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnaſtas caruiſſe ne
mo non fatetur; ſed quanto magis temporibus noſtris penes cun-
ctas nationes ipſa inoleuit, tanto magis neceſſarium uidetur illius
facultates declarare. Nã quod ex magnis ſit exercitationibus, ac ue-
hementibus facile eſt & a labore, qui ſuſtinetur in ipſo, & ab eius
natura conijcere; a labore, quoniã ſudor, defatigatio, rubor faciei, F
ſpirationis magnitudo ut plurimum in ſic ſeſe exercentibus oboriũ
tur; ex natura uero eius, quia cũ, & deambulatio fere continua, ac
reflexa, & brachiorum iactatio, dorſiue totius obnixio quaedã adhi
beantur, indubitatã fidẽ faciunt, nequaquam abſq. uiolẽtia, aut ma
gnitudine huiuſcemodi exercitationem conſiſtere. & iccirco pro-
babile fit, ipſam calorem natiuũ augere, excrementa euacuare, ſom
nos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humo-
In conſ. de pu. epil. ribus conferre. At caput ab eadem repleri certũ eſt, quando Galen.
hoc uitium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit.
Quantũ porro ad particulares effectus pertinet, in hanc ſentẽtiam
uenio, pilamallei exercitationem praecipue brachia, atq. dorſum
exercere, ſecundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui
mẽbra iſta confirmare ſtudent, quiq. multitudinẽ ciborũ perbelle
confi-

A conficere, ſuccos utiles per uniuerſum corpus diſtribuere, & ſuperfluitates, tam per ſudorem, quam per ſecretam diſflationem exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de cauſſa deſtruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorſo non admodum ualent, quiq. renes calidos, urinasq. acres habent, ex talibus motibus ſummopere offenduntur, ſicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati ſolent. Summatim poſſunt, qui ſanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandū pilamalleo ſeſe exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abſtinere debent. illudq. ſemper memoria tenere

B re operaepretium eſt, quae de exercitationibus bona a nobis promittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum ſeruetur, quam in 4. lib. neceſſariam eſſe monſtrauimus. alioqui ſi negligatur, mirum non ſit, loco bonorū inemendabilia mala ſuccedere: quemadmodum ſaepenumero in propoſita exercitatione euenire certo ſcio, quae cum fere poſt prandium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito delectu, nō ſua culpa, ſed exercentium incuria pernicioſas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus noſtris in exercendis corporibus obſeruatā, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atq. membrorum robori conſulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & ſanitatem ſimul deperdant, & honorem, dicēte Galeno noſtro, ma 5. de tu. ua.

C gnum dedecus illis eſſe, qui a natura ſanam corporis conſtitutionē ſortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morboſam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterum, quod illis euitandum eſt, quibus dorſum eſt imbecillum, ſciendum erit, Galenum uoluiſſe, in ſenibus debiles partes numquam exerceri, in 5. de tu. ua. alijs ſemper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe cap 5. exiſtimo; quoniam debilitas ſenum emendari non poteſt, cum ex uirtutis motricis defectu proficiſcatur, aliorum uero reparabilis eſt. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas cōſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta noſtra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in hac ſententia recedere uideamur.

## *De equitationis facultatibus.* *Cap. IIX.* D

2. de ra. uic. cap. 8. 6. epid. cō. 2 aph. 6.

EQuitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes ſimul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiuſdem ſententia magnam exercitationem eſſe, aperte conſtat. Quo circa, quantum ſit ex ſe, poterit natiuū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Eſt autem nō parua differentia, an equus (ſic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur, an ſuccuſſet; an aſturco ſit, ac tolutarius, an cur rat. De placida, & lenta equitatione ſcriptum inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, ſi placide equus gradiatur, nihil magis, quam laſſitudinem, & praeſertim inguinibus afferre. de hac inquā uerba faciens E

Oribaſius li. 6. c. 24. Aet. lib. 3. cap. 7. in li. de ae re aq. & lo. cap. 11. 4. ſectio. prob. 22.

Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē laſſitudinē magnam parere, hominesq. infoecūdos & coeundi impotentes red dere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco ſententia Hipp. dānanda uidetur, quod Ariſtoteles contrario plane ſenſu ſcriptū reliquerit, equitantes aſſidue libidinoſiores euadere, quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incaleſcentia ſpiritū concipiunt, ſicq. coeūdi cupiditas inducitur: ſiqui dē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, utpote quae leni motu non ita calefacit, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Ariſtoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū ſuc cuſſante, ſed non admodū frequenter exercetur, uerba facit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laborioſe concutit. & magis adhuc omnibus alijs F exercitationib. Vnde ab Alexādro Tralliano in dolore capitis, quē cauſſa frigida gignit, adhibetur, ſicut in epilepſia, in ſurditate, praeſertim uero ſtomachū firmat. ut non immerito ſcriptū ſit a Plinio, equitationē ſtomacho, & coxis utiliſſimā reputatā fuiſſe. qua itē ratione in ſingultu curādo ab Aetio uſurpatur, ſenſuū inſtrumēta ſub inde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut ſentit Trallianus) ſi quid aliud, maxime iuuat, ſolutā aluū & fluentē, dicente Celſo, coercet, crura quoq. tenuia craſſefacit, quod Germanici exēplo teſtatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduerſatur, necnō ueſicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuſcemodi exercitationē uitari placuit Archigeni illi, praeſtantiſſimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obeſſe ſcripſit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū poſteriorū extare ſententias reperio. Themiſon Methodicorū princeps in coxēdicū dolore, *ἰσχιάδος* nōie a graecis appellato,

locis cit.

lib. 28. c. 7.

Lib. 8. c. 3. Aet. lib. 11. cap. 10. loco citato

A pellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: poſt ipſum idem confirmauit Theodorus Priſcianus, &, quē modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputaſſe, quem ſecutus Coelius Aurelianus Themiſonis placita inſectatus eſt, tamquam ueram iſchiadicorum curationem deſtruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehemēter coxas incaleſcere, ac ex motu debilitari, ita ſentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quaſiq. inueteratos acerbiores & indiſſolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celſo podagricis iure damnatam fuiſſe puto. Equitatio peracta ſuccuſſante equo praedictis duabus
B proculdubio deterior eſt, nimirum quae uniuerſum corpus moleſte quaſſet, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille ſapientiſsimus Graeciae ſaucius intelligebat, ubi diceret.

*Pedetentim ite, & ſedato niſu ne ſuccuſſu*
*arripiat maior dolor.*

Quod item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum ſuccuſſantem taetrum nuncupauit hoc uerſu.

*Succuſſatoris taetri, tardiq. caballi.*

Ad haec ſuccuſſationem uehementer caput offendere, collum & dorſum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Deniq. ſi ulla eſt equitatio, quae uiſcera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta ſit, proculdubio nunc propoſita talis eſt, a qua non ſolum interiora omnia concuti,
C uerum etiam ſuſpendi, quaſiq. arripi uidentur. illud unum habere iuuamen poteſt, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis commoda haec cōpenſantur, omnes ab exercitatione ſimili abſtineant conſulo. In aſturconibus equitatio (eam ſic appello, quam uulgari nomine portantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia.

*Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues*
*Venit ab auriferis gentibus aſtur equus)*

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem moleſtiam parit, ſiquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare uſu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

Coel. lib. 5. cap. 1.
li. 2. ad Timo. c. 21.
Libro 4. cap. ult.
Cic. 2. Tu.
Nonius Marc.
2. de san. tu. cap. 11.
li. 3. fen 19 tra. 1. c. ult.
Lib. 14.

apud Ariſt. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia ſaepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex caſu emori: ſed praeter hanc multae exſtant cauſſae aliae, ob quas a ſanitatis ſtudioſis huiuſmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (ut ſcribit Hippoc.) nimium calefacit, exſiccat, atq. extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, ſenſus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Ariſt. cauſſam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas ſolent, ſignificat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciens ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia ſicuti uenti aduerſi oculos perturbant, ſic aer occurſans tanto magis ferire poteſt, quanto equus uelocius agitatur. lae- E dit praeterea haec equitatio tã thoracem, & pulmonem, quam uiſcera uniuerſa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere poſſunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis, alij ulceribus modo renum, modo ueſicae, modo peritonaci uſq. adeo ob hanc exercitationem ſollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot oſsium fracturae, quot membrorum diſtorſiones ſaepenumero inde naſcantur, dum brachia, dorſum, coxae, & crura ſupra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera ſua obire delectat, quot, ijsq. grauisſimis periculis, nedum ualetudinẽ, uerum etiam ſalutem ipſam ſubijciant, quomodoque non ingenuorum, aut ſanitatem curantium ac uitam, ſed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F tius nil reperitur, aeſtimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis ſpeciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre ſcripſerunt Antyllus, atque Aetius; quaſque nec ijs, qui medicinam ſumpſerunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit Soranus Epheſius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire cenſuit Galen. Sunt qui in equo ſedentes geſtari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus uſui eſſe mea ſententia poteſt. nam, ut molliſsime ueharis, tamen laſsitudo inguinum, lumborumque & dura ſuſpenſio explicatioque percipitur, quando ſubpedaneis corpus ſuſtentare, perarduum eſt, ne dicam impoſsibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concuſsio, ſi quo modo incitatius feraris. Valentibus magis conferre eadem poteſt, corpus, animum, & ſtomachum

[Margin notes: in libr. de paruae pilae ludo. — 2. de diaeta. — lib. 5. c. ul. — Sect. prob. 13. — locis citat. — In Iſagog. ca. 25. — 6. Epid. com 3. — a. 11.]

A chum firmando: ſenſus expurgando, acuendoque: ſed pectus, atque pedes debilitat.

### *De geſtationum in uniuerſum uiribus.* Cap. IX.

ANTEQVAM geſtationum ſermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter geſtationis ſpecies repoſuiſſe, inter quos fuit Aetius Amidenus; ſed nequaquam horum opinionem ſequi uoluiſſe; tum quia Cornelius Cel. antiquus ſimul, & celebris auctor, ubi geſtationis ſpecies adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quaſi alienam a geſtatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuiſſe lib.3 ca.6. lib 2.c.15.
B conijcitur ex Antyllo; tum quia expreſſe Gal. geſtationem, & equitationem diuerſas eſſe declarauit in.2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinſeco, ut geſtationes: alias mixtas eſſe, qualis equitatio eſt; tum quia, ſi geſtatio, ut definiunt omnes auctores, mixta eſt ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerſo autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abeſt, in qua ſcilicet manifeſtiſsime omnes fere corporis partes moueri conſpiciuntur. ſed iſta parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius ſeparatim de equitatione ipſa uerba fecerunt. Hanc inquam geſtationem ab equitatione ſeparatam, necnon a graecis αἰώραν uocatam, multas quidem habuiſſe ſpecies, in ſuperioribus declarauimus: at quae omnibus uniuerſali geſtationis nomine comprehen-
C ſis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus ſingulis adſcriptos perſequemur. ſed prius id ignorari nolo, ſaepenumero apud auctores reperiri geſtationes, & exercitationes ſimul nominatas, quaſi utraeq. inter ſe differant, quorū ſententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus geſtationibus exſiſtunt, non autem de communiter acceptis interpretandae ſemper erunt. Eſt igitur geſtatio ſecundum Antylli, Aetij, atq. Auic. ſententiam, inter placidiſsimas, atque debiles exercitationes, & propterea non ſolū ſanis, & ualetudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae ſunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celſus Aſclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad diſcutiendam eam geſtationis uſum locis citat. loco citato

comprobaſſe. quod profectò periculoſe efficitur, meliusq. quiete D eiuſmodi impetus ſuſtinetur. In ſanis etenim, ac ualetudinarijs geſtatio, cum nec laſsitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus ſimiliter moueat, poteſt calorem naturalem augere, materiae multitudinẽ diſcutere, habitum corporis firmare, actiones ſtupidas excitare, ſegnitiem diſſoluere; corporis turbationem ſedare, ijs, quos uigiliae exercent, ſomnum conciliare, & contra etiã ueternoſis, ac diſſolutis reditum ad ſe, uigiliasq. parare. nam ſomnum conciliat, excrementa, quae a capite ad ſtomachum delabuntur, per halitũ digerendo, quae nimirum partes ſunt uigiliarum praecipuae cauſſae: ſed uigilias poſtea inducit corporis tenorem ad ſe reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epiſt. LVI. uideatur geſtationem facere magis laborioſam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda eſt de eo ſolo, qui ualetu E dine offenſus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de geſtatione periculum facere placebit, ſic experiundum eſſe conſuluit

loco citat. Celſus, ſi lingua non erit aſpera, ſi nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uiſceribus, aut capiti, aut praecordijs ſuberit, & ex toto numquam geſtari corpus dolens uoluit, ſiue id in toto, ſiue in parte eſt, niſi tamen ſolis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, ſed in remiſsione eius. Nihilominus, citra multas obſeruationes, ab auctoribus probatas eſſe in uarijs affectionibus geſtationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inſcripſit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quaſi ex cõtagione quadam aliquando perijſſe, refert Silimachus Hippo. ſectator) commendauit, ſimiliter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Aſclepiades, in aſthmate, in ſtomachicis, in elephantiaſi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priſcianus quoque, & ante ipſum Aretaeus geſtationes adhibendas uoluit in melancholia, in atrophia, in ſpleneticis, necnon in ſtomachi doloribus. Iiſdem exercitationibus in illis, qui ualde exſiccati ſunt,

7. Meth. atque refectione opus habent, Galenum uſum, aliquando legitur. Quin & ipſemet Celſus pro ſacro igne curando geſtationem laudauit. ut non ſemper condiciones ab ipſo demonſtratas obſeruatu neceſſarias fore hiſce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non eſt ta

lib. 2. cur. chron. c. 7. men ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis geſtationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonſtrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atq. thymum efficitur.

A *De geſtationum in uehiculo, lectica, atque ſella particularibus uiribus. Cap. X.*

EXplicatis ijs quae ab auctoribus de geſtationum facultatibus in uniuerſum tradita fuerunt, iam ad particulares deſcendere opportunũ eſt, ſi prius illud in memoriã reuocauerimus, ſcriptores.ſ. medicinae, qñ ſine additione geſtationis uſum in ſanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius ſpecie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipſis utiliter accõmodari nõ poſsit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, ſed in remiſsionibus morborũ, interdũ placidiores ſignificare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores noſtros genera, quorũ luxuria uſq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar- li. 34. c. 17
B gentea facere nõ ſint ueriti. ſed hoc praeter inſtitutũ noſtrũ eſt. Nã, quae pro ſanis, aut aegris in uſu habita ſunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis.ſ. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuſcule, uel celeriter. Geſtationẽ uehiculo factã quis ceteris acriorẽ eſſe dixerit Celſus, nihilominus, ſecundũ Galeni ſen- lib. 2. c 15. tentiã, inter debiles exercitationes recenſeri meretur. quo fit, ut ſa- 2. d tu. ua. cap. 11. nis, niſi aliter exerceri impediãtur, minime omniũ cõueniat. Vale- 5. d tu. ua. tudinarijs, atq. ſenibus magis, quẽadmodũ Antiochũ ſeſe exercuiſſe, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus ſermonẽ faciens Antyllus dixit, geſtationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos ſtabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epiſt. LVI. ad bilẽ faucibus infixã diſcutiendã, & ad ſpiritus denſitatẽ extenuandã ſibi mirifice profuiſſe
C ſcribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, ſiue ſuſpirio, ut ipſe uocat, nõ raro uſq. ad exſpirationis periculũ exerceretur, huiuſcemodi exercitatione aduerſus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib. 3. c. 6. plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori ſcriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus inteſtina fluxione laborant, utendũ eſſe. unde ſapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1. iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam geſtari debere, ne frequenti uerſione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ ſine ratione in furore, atq. paralyſi curandis uehiculi manibus acti geſtationem adhibendam eſſe uoluit, quamquam eandem poſtea in epilepſiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae paſsionis imaginem ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginoſis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, ſurditateue captis, necnon in hemi

5. ꝯ tu. ua. cap. 3. cranicis ſimilem exercitationem prorſus auerſari non uideantur: D attamen Aetius ſic affectos leniter moueri, & auerſos ab itinere retrorſum deſidere in curru mandauit: multos ſubiungens ſe nouiſſe loco citato hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde ſecutus Auicenna addidit, huiuſcemodi uectationem retrouerſa facie peractam uiſus debilitati, eiuſq. obfuſcationi magnũ iuuamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celſus: quam ualetudinarijs quoq., & ſenibus Auſonium Gallum poetam, & Auſonij medici a Marcello citati filium probaſſe puto, quando is, amico cuidam ſeni, & a morbo reſurgenti ſcribens, monet Ciſio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uerſibus.

*Pelle ſoporiferi ſenium, nubemq. ueterni,*
*Atque alacri mediam carpe uigore uiam,* E
*Sed Ciſium, aut pigrum cautus conſcende Veredum,*
*Non tibi ſit rhedae, non amor acris equi.*
*Canterij moneo male nota petorita uites,*
*Nec celeres mulas ipſe metiſcus agas.*

Porro uehiculi geſtationem uehementiorem tamquam calefaciente, attenuanteq. ui praeditam in ſupprimenda carnis multitudine li. 4. c. ult. a Coelio commẽdatam inuenio: quam item ab ipſo pro atrophiae loco citato curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & ſtomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac ſtupore attonito perculſis ueluti optimum praeſidium uſurpatam fuiſſe, conſtat. In lectica geſtatio facta ut praedicta aliquanto remiſsior atq. blandior exſiſtit, ſic quoque plures uſus apud medicos in exercendis aegris habuiſſe legitur. quod enim in ſanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id F factum credo: non ut ſimili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, ſed potius, quia a ſenectute, ſiue alia cauſſa (ueluti Ale-Curtius xãder ob cruris uulnus in militari expeditione lectica uſus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, ſole, uẽtorũ flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, niſi aliqua ex praedictis cauſsis homines ſani urgeãtur, ut a lectica abſtineant, conſulo: quoniã, praeter agitationẽ illam, quae plurimorum capita uexare conſueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus aſſuefacere. Verumenimuero hac particulari cõmoditate nõ mihi uidetur priuanda lecticae geſtatio, ꝙ ſani uiri ea poſſunt uti poſt cibos, nõ ad exercẽda corpora, ſed ad obeunda negotia neceſſaria, citra motus dãnum, aut ſolatij,

&

A & exhilarandi animi gratia: quemadmodū factitaſſe Auguſtū, quādo a caena ſe in lecticulam lucubratoriā recipiebat, auctor eſt Suetonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora ſpectat, duplex fuit illius apud medicos gymnaſtas uſus, aut geſtatis ſedentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica geſtātur, ut Antyllus, Aetius, & Auicenna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut ſemitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexātur, hydropici, ſecūdū Tralliani ſententiam, apopletici, reſoluti, nephritici, ac podagrici. ſiquidem haec commotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulſioni aptā efficit. prodeſt ſubinde talis geſtatio iis, qui diuturna imbecillitate laborāt, qui elleborū ſumpſerunt: itemq. uigilantib. aut ſegnitie, & pigritia quadam oppreſsis, necnon iis, quibus caninū in modum appetitus B intentus eſt, nimirum cum intentio illa ſedetur. Ceterū ſedentes ij lectica, ſm Aetium, portari debent, qui in integra febrium declinatione conſiſtunt. eadē ratione, & illi, qui alias exercitationes obire nequeūt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti ſunt, qui, cū adhuc imbecilles ſint, uires reficere cupiunt, qui tarde alimentū cōficiunt. Ex quo prudenter ſatis Cornelius Cel. ubi phtiſici nauigare nequeunt, lectica eorū corpora dimouenda conſuluit: quemadmodum Alexander Trallianus, ſi quid aliud huiuſcemodi geſtationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare ſcripſit. In ſella, quā ſcamnum uocare maluit eloquētiſsimus Celſus, geſtatio facta, tametſi apud auctores ſaepenumero cū lectica cōfuſa, atq. eadem inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuerſam exſtitiſſe puto: primo, quia lectica duorū hominū capax erat, ſicuti innuit Suetonius, ubi C Neronem cū matre in lectica quandoq. uehi ſolitū ſcribit. quod minime de ſella (ni fallor) legitur. ſecundo, quia lectica interdū ſex ſeruis, interdū octo, interdum plurib. geſtabatur. ſellā autē tamq̃ breuiorem, & unius dūtaxat capacem a pauciorib. geſtatam, uerisſimile uidetur. Neq. n. ullam inter ſe maiorem differētiā temporib. noſtris ſella cooperta, & lectica obtinuerūt, q̃ ꝙ altera à duob. ſeruis ut plurimum geſtatur, uniusq. dūtaxat capax eſt, altera a iumētis portatur, & duos continere ualet. In ſella ſani geſtabātur, deliciarū potius, & maieſtatis oſtentandae, q̃ ualetudinis gratia: q̃q̃ Plinium ea Romae uectum, ut etiam inter eundum ſtudijs uacaret, ipſius Nepos tradit. Celſus hanc ſellarem, & ſimul lecticarem geſtationem nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuſcemodi geſtatio, tum in ſella cooperta, tum in aperta, tum ſedendo, tum iacendo. Aegrotantes ſine febre in ſella detecta potius, quā

Marginal notes: locis citat. (beside "Antyllus, Aetius"); lib. 9. c. 3. (beside "hydropici"); lib. 2. c. 15. (beside "mnum uocare"); lib. epiſt. 3. (beside "uectum")

tecta geſtari debere, cenſuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D
centes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora
Lib.2.chr. cap.ult. Oribaſius loco citato urget: q; ſi aliqui ſimplici permanenti, & diuturna febre iactentur,
modo uires ferant, geſtari plurimum debent, ut Coelius phtiſicis cō
ſuluit, quandoquidē geſtatio, minus mouens corpora, quandoq. fe
brem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatē per-
ueniunt, uel quorum longa admodū remiſsio eſt, uel qui febribus
tenentur longis; etiam ſi non magna interualla habeant, conuenit
haec geſtatio. quam ſimiliter in multis alijs affectibus, nempe in do
lore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in mania, in paralyſi a Coelio
Aurel. commendari, ex eius de chronicis paſsionibus inſcriptis li-
bris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res poſtulat, ſimilibus ge-
ſtationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo
morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, ſi, adhuc ſaeuien E
te, aut incipiente affectione, geſtatio adminiſtretur, accidentia acer-
biora, & periculoſiora conſequuntur: quoniam motus, ut diſsipare
utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias poteſt, ſic
calorem augere, ſpiritusq. & humores nōdū quietos, & repurgatos
exagitare natus eſt. ex quo ſummum ſtudium adhibendū eſt, ne cre-
ſcentib. crudisue morbis, praeſertim calidis geſtatio, aut alia quae-
uis exercitatio adminiſtretur, ſed in maturis ſolummodo, frigidis,
atq. illis, qui manifeſte inclinare animaduertuntur.

*De lecti penſilis, cunarum, ac nauis geſtationum facultatibus.* Cap. XI.

QVi primus lectulos pēſiles excogitauit Aſclepiades, dua- F
bus rationibus (ut refert Plinius) illud effeciſſe uiſus eſt;
tum ut blādo eorum iactatu ſomnos alliceret: tum etiā,
ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti poſte-
riores in curandis aegris eorum uſum frequentiorem reddiderunt;
Loco citato. q̄q̄ grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tātummodo
adminiſtrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae,
neq. ſellae copia datur: licet poſtea in apoplexia cum aeger reſurgit,
ipſum lecti motu concutiendū praecepiſſe inueniatur. Verumenim
uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiā ſi nil aliud deficiat, ꝓ mul-
tis affectionib. debellandis, lectis penſilibus infirmos exerceri uolue
runt, quinimmo (quod paucis cōceditur) hanc geſtationem tā ante
cibum, q̄ a cibo prodeſſe dixit Antyllus. nā primo febricitantes, aut
diuturno morbo decūbētes, in quo corpora cōſumpta ſeſe erigere
non

A non ita ualent, aut Elleborum ſumẽtes a tali geſtatione utilitatem recipere iudicatũ eſt: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetẽtia ciborum deiecta eandem prodeſſe experimentis inuentum fuit. neq. defuerũt qui ipſam in furioſis, ac phtiſicis laudauerint. Quemadmodũ, & Aetius, & Priſcianus Theodorus phreniticis adhibendã cenſuerũt, quo blanda illa agitatione ſpirituum perturbatio leniretur, & ſomnus alliceretur. Ex genere penſilis lecti ſcympodium quoq. eſſe, monſtrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs geſtationes in penſili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo penſili non diſſimilem aliam lecto factã geſtationis ſpeciẽ inuenio, quã primus (quod ego ſciam) inter medicos Celſus monſtrauit, ubi deficientibus ceteris geſtationi dicatis inſtrumentis uo- Aetius lib. 3. cap. 6. loco citato lib. 2. ad Timo c. 2. lib. 3. c. 12.

B luit uni pedi lecti funiculum eſſe ſubiiciendum, atq. ita lectum huc, & illuc manu impellendũ. id quod etiã Amidaenum Aetium ſignificare uoluiſſe arbitror, quando ſcripſit, duas eſſe lecti geſtationes, aut penſilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidẽ illud exercitationis genus exiſtimo, quod ab Auicenna ſub cunarũ reuolutione deſcriptum fuit, atq. idem nomẽ uſq. ad tẽpora noſtra retinuit: etſi enim ab ipſo inter debiles exercitationes recenſeatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni ſententia, non ſanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cõuenire creditur, quos febres debilitarunt, ſicut etiã illi, qui nec dũ ſe mouere, neq. ſedere ualẽt, quiq. ab hellebori potione ualde proſtrati fuerunt, aut ſecundum Celſum alicuius mẽbri reſolutionem patiũtur. quin, ſi talis geſtatio ſuauiter adminiſtretur, praeter ſomni iucundi loco citatò lib. 1 fen 3. doct. 2. c 2. 1. de tuen. ual.

C tatẽ q̃ affert, flatus quoq. diſſoluit, reliquijs morborũ capitis, ueluti ſtupori, & obliuioni prorſus exſtinguendis conducit, appetitũ mouet, & naturam ſopitã exſuſcitat. Inter geſtationũ ſpecies ultimo loco poſuerunt fere omnes nauigationem, q̃ ceterarum omnium leniſsimam fecit Cornelius Cel. ſed & huius quãplurima inueniũtur diſcrimina: ſiquidem non parũ intereſt, an quis in ſtagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in ſtagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in ſalubritate poſtponitur: quoniã ut plurimum ex aquis ſtagnantibus, niſi ſint maris alicuius inſtar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationẽ magis ſuſpectam reddunt. ut non immerito ſcriptum ſit ab Ariſt. paluſtria loca incolentes ſubpallidos, ac ſomnolentiores euadere. minus noxia exiſtit in fluminibus nauigatio, nẽpe quae auctore Plutarcho timori- loco citato 14. partic. prob. 11. & 12.

bus

in probl. nat. bus carens nauſeam ullo pacto nó cómoueat.uerũtamen tam haec, D
q̃ illa,quae exercetur in ſtagnis,in capite male affecto incongruae a
lib.1.c.1. Coelio Aurel.iudicantur, ꝙ humectãtes caput terrena exhalatione
infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praeſtan-
tior creditur, quoniã mari ſemper uapores ſicci, & calidi educũtur,
qui latenter,ac ſenſim nauigantium corpora recludunt,necnon ſal
ſae proprietatis cauſſa excrementa abſumũt, atq.hominum habitus
quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuſcemodi exercita
tio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, &
priuatim a Celſo in tuſsi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capi-
tis,in epilepſia,ſi ferri queat,in ſanguinis ſputo, in pthiſi, in icteri-
tia , in hydropiſi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie com-
mendatur.In phtiſi nãq.praeſtantiſsimum remediũ nauigationem
lib.28. c.4 ſemper a Maioribus habitam fuiſſe,teſtatus fuit Plinius, qui hac ra- E
lib.31.c.6. tione phtiſicos Aegyptũ petere cõſueuiſſe refert, quo cũ Annaeus
epiſt.lib.5. cap. 61. Gallio poſt conſulatũ iam fere phtiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis
libertus ſanguinis reiectatione laborãs profecti eſſent,ad ſanitatem
reſtituti fuerunt : q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine fal
ſo inſcriptus in 1.de re medica lib.dicat phtiſicis magis cóferre in ſal
tibus,ubi pix naſcitur,habitare,q̃ in mari nauigare.Porro ex mari-
timis nauigationibus leniſsimã dixit Celſus eam,quae in portu effi-
citur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cum fluuiali , & ſtagnali
improbauit Aurelianus.Quae uero in litoribus exercetur nauiga-
tio iucundiſsima habetur,de qua celebratum hoc prouerbium nar
3. Sympo. rat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν
ἥδιστος.i.nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucun
diſsima. haec ex communi Auicennae, atque Aetij ſententia prae- F
cipue prodeſt hydropiſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigi-
ditatibus ac inflationibus : atrophiae quoq.ſecundum Coelium nó
paruũ auxiliũ praeſtat: quãuis enim a principio ſtomachum ſubuer
tat,paullo poſt tamẽ aſſuefaciens illum ſedat,quinimmo,ut dicebat
lib.37. c.6. Plinius, uomitiones illae inſtabili uolutatione commotae plurimis
morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq.omnibus, propter quae
bibitur elleborum,medentur. Verum geſtatio in alto mari peracta
reliquarũ uehementiſsima exſiſtit,& mutationes plurimas, atq.ma
ximas facit, nimirũ cum animus mixtos affectus habeat, & triſtitia,
& ſpe,timore,atq.periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in
anguſtijs, & periculis uerſantibus nauigantibus , quae ſimul omnia
lib. de cau. nat. magnã uim habent,ut quoq.Plutar.cognouit,ingentes uomitus cõ
citandi, ac conſequenter omnẽ ueterẽ morbum profligãdi: & pro-
inde

A inde iure dixit Auicen. nauigationem hanc ad exſtinguẽdas praedictas aegritudines efficaciorem eſſe. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita eſt, ſi quid aliud, probe corpus nutrire idonea eſt. Quae tranquillo mari peragitur in naui geſtatio non admodum (dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cõcuſsionem affert: Oribaſius lib. 6. c. 23. ex quo fit, ut ferme accommodata ſit iis, quibus etiã geſtatio in curribus conuenit: niſi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, ubi non humidi uapores, ſed ſicci, & acres ſint, efficitur. Caeterũ quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ ciet, & iccirco quantum fieri poteſt, in omnibus fugienda eſt, cum motus acutiſsimos, dũ nauis a uento impellitur, uehementiſsimos, & neutiquam ceſſantes, ſicq: corpori intenſiſsimos habeat. Non ſilendum, in nephriticis nauigationem, omnemque maritimam ui-
B tam ab Aretaeo ſub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. ideſt, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia ſunt nephriticis remedia.

*De natationis, & piſcationis effectibus.* *Cap. XII.*

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnaſtas exſtitiſſe, maximeq. omniũ ab antiquis in exiſtimatione habitam fuiſſe, ꝙ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audẽdum fortiores, & animoſiores redderet, iã ſatis monſtrauimus: ideo uires eius perquirere ſolum reſtat. Nam uarias hanc quoq. differẽtias habuiſſe reperio: ſiquidem aut natatio fiebat in aquis ſponte naſcentibus, aut in alijs: & ſi in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: lib. 5. c. 14.
C ſi in dulcibus, aut fluuiis aut lacubus, aut ſtagnis: atq. hae omnes uel in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis ſponte naſcentibus, quas omnes calidas eſſe, & Ariſtotelis auctoritas & ratio, & experiẽtia demonſtrant, peractam improbauit Antyllus, tãquam impleat, eam tamen in paralyticis curandis adiumentum praeſtare, credidit Coelius Aurel. ita. ſ. adminiſtratam, ut patientibus partibus inflatae ueſicae adiungantur, quo natãdi laborem minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia eſt maritima male affectis inefficacior. quamobrem uitanda plerũq. eſt: quia, ſi in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humiditatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus fluuiales minores ſanis corporibus noxas inferũt, potiſsimumq. ad inducẽdum ſomnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi ſcribit, 24. partic. Prob. lib. 6 c. 27. lib. 1. c. 1. & li. 5. c. 2.

*ter uncti* lib. 2. ſerm.

*Trans*

Saty.1. *Trans nanto Tiberim, ſomno quibus eſt opus alto.* D
perniciofiſsimae uero ſunt, quae in paludibus, & ſtagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ ſolum caput, uerũ etiam uniuerſum corpus contaminãt. Lacuſtres medio quodam pacto ſe habent: quae tanto minus inſalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uaſtiores. & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato uſurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laeſione ſi aſsidue fiat, probatur. A Celſo uero, & ab Antyllo hydropicis, ſcabioſis, & quos exanthemata infeſtant, itemq. elephãtiaſim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum non ſentiũt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celſus ſtomachicis, iecoroſis, lienoſis, cachecticis ex uſu eſſe ſcriptum reliquit. uerũtamen non poſſum non ſumma admiratione teneri, quomodo is auctor natationes ſub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepſia laudauerit: cum Antyllus nõ ſolum marinam natationem, ſed qualemcũq. aliam capiti nocere tradiderit. quod ſimiliter ipſa ratio perſuadere uidetur, demonſtrans, tum ſitum ipſum natãtium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco ſilendum nõ eſſe duco, quod magnus philoſophus Ariſt. in problematib. ſcriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, ſedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius poſſumus, quod corpulẽtius eſt: unde cum aqua marina fluuiali ſit corpulentior, craſsior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes ſibi ſuſtinet. Eſt praeterea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta ſit, & ob id perraro, ac ſolũ aeſtate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae minus obnoxium facere poteſt: a Plinio ſcriptum eſt luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita eſt. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in iis, qui cutem corporis denſatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipſos reſoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repellens ipſum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

Margin notes: E (beside "Aurel. natationes maritimas"); 23. partic. Prob. 12. (beside "loſophus Ariſt."); F (beside "ad renitendũ"); lib. 31. c. 6. (beside "nus obnoxium facere")

A nem praeſtat: exuberãtes humores diſsipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipſam in arthriticis laudauit Aurelianus, ea ratione motus quia Hippoc. frigidã tetano affectis large affuſam remedium eſſe dixit, ſicut, & Celſus pro regio morbo laborantib. in aeſtate, & Herodotus apud Aetium ad euitandũ aeſtũ frigidam natationem cõmendauit. experientia tamen conſtat, ſi quis ea frequẽter utatur neruos laedi, & interdum ſurditatẽ contrahi, quod Agathinus apud Oribaſiũ confeſſus eſt. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quae ad gymnaſticã quidem medicã pertinebant, ſed minime ſemper in gymnaſijs exercebãtur. illae uero, quas in gymnaſijs ipſis fieri conſueuiſſe in 3. lib. ꝓbauimus, ſiue ĩ cap. 14.
piſcinis, ſiue in ampliſsimis labris agerentur, duos praecipuos fines
B ſecundũ opinionẽ noſtrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, ſicq. mẽbra copioſius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo ſeſe fruerentur: quandoquidẽ aqua mota, & praeſertim balneorum ſuaui illa attrectatione ſingularem quandam delectationem affert.
De piſcatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis ſentẽtia nec 7. de legib. in ſophiſta
animo, nec corpori prodeſſe, & proinde ab illo optari, ne iuuenes lib. 3. c. 13.
huic incũbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere ſub nauigationẽ reducitur, ut eadẽ repetere non ſit opus: tũ quia a medicis prope nullis eã in uſu habitã eſſe cõſtat: niſi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes loco citato
adnumerauit, quando quis in nauicula piſcatoria moueatur, & ob hoc piſcationẽ nullam calorẽ natiuum augere credendum eſt, cũ &
C Ariſt. ſcripſerit, piſcatores marinos, ideo rufo colore exiſtere, quoniam intus frigent, extra uero quaſi aduruntur: habẽt. n. qui in mari ſect. 38. prob. 2.
piſcantur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionib. ſubijciũtur: quin ſi putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõſumiturq. ut ma 1. de ſimpl. med.
gna cũ ratiõe ſcripſerit Gal. piſcatorũ habitus duros, ac ſiccos eſſe, eorũue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac ſi ſalita forẽt. 6. d comp. med. ſ. l.
Quod uero ſcripſit Suet. Auguſtũ interdũ hamo piſcari cõſueuiſſe, In vita Auguſti. c. 83.
id potius animi laxãdi cauſa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur.

## *De uenationis conditionibus.* Cap. XIII.

VEnationis exercitationem comparans ludo paruae pilae libro 2. de paruae pilae ludo.
Gal. illud ſolum inter ipſas diſcrimẽ poſuiſſe uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuiuis exercitatu facilis eſſet: altera uero pluribus inſtrumentis opus haberet, neq. ab omnib. ſed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer

ceri

ceri poſſet. hoc autē licet Galeni forſan tēpeſtate, atq. etiā in aliqua D
uenationis ſpecie tēporibus noſtris uerū foret, nihilominus in maio
re eius parte ſecus rem ſeſe habere cōpertum eſt, quando ſaepenu-
mero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. inſtrumētis ruſticos,
atq. pauperes uenandi exercitationē frequentare cōſpicimus. ut hac
ratione ipſa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. paucio-
1. de tu. val. cap. 8. rib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal.
uenatione inter ea, quae ipſe exercitationes & opera nuncupauit,
recenſuerit: cumq. illius perſpecta natura manifeſte monſtret, non
abſq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipſam effici, nimirū
in qua multae aliae exercitationes, curſus uidelicet, ambulationes,
ſaltus, iaculatio, uociferatio, & aliae neceſſario requirantur, rationi
conſequens eſt eā his facultatib. praeditā eſſe, q corpora uehemen-
ter calefaciat, excrementa diſsipet, carnes, & ſuccos exuberantes mi E
nuat, ſomnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, cru-
diſue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū
ac uiſum acuat, ſimulq. ſenectutē retardet. ob quas egregias faculta-
tes illud eſſe uerum exiſtimare debemus, q Razes Arabs auctor gra-
in 5. com. trac. 13. c. 2. Lib. de pu. epil. com. 115. uiſſimus ex Gal. ſententia memoriae mādauit, uidelicet in quadam
peſte cōtigiſſe, ut omnes fere perierint, & ſoli uenatores ob aſsiduā
exercitationē incolumes euaſerint. Ceterum quod uehementibus
exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi la-
bor carere uidetur, ut ſcilicet caput offendendi ui polleat maxime,
ſi importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud
illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenatio-
nis ſpecierum qualitates attinet, de duabus ſolū uerba faciam, tam-
quam in his ſolis tota uenandi ad ſanitatem, aut aegritudinem per- F
tinens facultas conſiſtat: illae ſunt, equeſtris, ac pedeſtris: nam ſciūt
omnes, quālibet uenationem, ſiue canibus, ſiue retib. ſiue auib. ſiue
arcubus, ſiue alijs inſtrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut
pedib. proprijs eant, aut equis inſideant. Equeſtrem igitur (ita liceat
mihi appellare) uenationē exercētes, cū modo currentib. equis, mo
do gradientib. agātur, modo uociferare, modo quieſcere cogātur,
omnib partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione
crediderūt corroborari pectus, ſtomachum, inteſtina, dorſum, atq.
crura: ego uero eā euitare illis praecipio, quibus caput faciliter of-
ſenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet,
quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile,
aut ulla herniae ſuſpicio eſt, & quibus tandem uniuerſus corporis
habitus calorem plusquā mediocrē obtinuit ſiquidē multos uidere
licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam ſimiles morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Priſco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, conſuluit hiſce uerſibus. Lib. 12.

*Parcius utaris moneo rapiente Veredo*
*Priſce, nec in lepores tam uiolentus eas.*
*Saepe ſatisfecit praedae uenator, & acri*
*Decidit excuſſus nec rediturus equo.*
*Inſidias, & campus habet, nec foſſa, nec agger*
*Nec ſint ſaxa licet, fallere plana ſolent.*
*Non deerunt, qui tanta tibi ſpectacula praeſtent:*
*Inuidia fati ſed leuiore cadunt.*
*Si te delectant animoſa pericula Tuſcis,*
B *Tutior eſt virtus, inſidiemur apris.*
*Quid te frena iuuant temeraria? ſaepius illis*
*Priſce datum in equitem rumpere, quam leporem.*

Porro uenatio pedeſtris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equeſtri reperta continet, niſi ꝙ, dum curſibus, ac ſaltib. feras inſectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per ſiluas, per ſaltus, minori certe periculo, quam in equeſtri, ſubiicitur: at maiori labore afficitur, magis incaleſcit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis ſtimulos coercet, quando Hippolytum ſtudio uirginitatis hoc uenationis genus exercuiſſe ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, ſicut coquus ille Dionyſio dapes auerſanti reſpōdit, ipſi defuiſſe laborem in uenatu, qui appetitum generaſſet. Neutra tamen, ꝙ uehementior exſiſtat, ſenibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, ſed illis tantum, qui robuſtas omnes corporis partes ſortiti ſint, quiq. optime ualeāt. ut nō abſq. iudicio ſummo Cornel. Cel. dixerit, ſanum hominem, & beneualentem modo nauigare, modo uenari debere. quod ſi Plinius nepos ſanitatē ſuam uenationi, quā ruri in Tuſcis obibat, aliquando acceptam retuliſſe uidetur, indicandum eſt, aut illa moderatiſsime uſum fuiſſe, aut potius corpore robuſto, ac ſano ita ualuiſſe, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo neceſſarium diligenter conſiderare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. ſanitate fruantur: ſecus, ne grauiſsima pericula ſuſtineant, iure dubitandum uidetur: ſecūdum, numquid modeſtia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & caſu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operam nauēt. Quicūq. enim ſuarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

Seneca in tragoed.

lib. 1. c. 1. epiſt. lib. 5.

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D poſſunt, quibus ceteri caſu ſeſe exercentes ſubiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in ſe habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuiſſe apparet, ut ſcilicet totum fere diem non raro ſibi requirat. unde aut uenatores inter exercēdum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil pernicioſius eſſe poteſt; aut tota die ieiunant, quod tametſi fortaſſe minus offendat, neq. tamen ipſum noxa penitus caret, quando praeter conſuetudinem illud efficitur, necnon poſtea uſq. adeo prae fame exſaturantur, ut uentriculum in cōcoquendo mirum in modum fatigent, ſicq. & cruditates, & alia innumera mala ſubeant.

Artis Gymnaſticae finis.

# HIERONYMI MERCVRIALIS ſex artis Gymnaſticæ librorum elenchus, quorum primus liber continet.

*DE principijs Medicinæ Caput primum.*
*De conſeruatiuæ partibus, & quid tractādum cap.2.*
*Quid ſit gymnaſtica, et quotuplex. c.3.*
*De gymnaſticæ ſubiecto, & eius laudibus cap.4.*
*Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnaſtica cap.5.*
*De Gymnaſijs antiquorum cap 6.*
*De varijs hominum generibus, quæ in gymnaſia conueniebant cap.7.*
*De gymnaſiorū diuerſis partibus. c.8.*
*De palęſtra, & alijs gymnaſij partibus cap.9.*
*De balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio cap.10.*
*De accubitus in cęna antiquorum, & ſemel duntaxat in die cenandi conſuetudinis origine cap.11.*
*De auctoribus gymnaſticæ, & gymnaſiorum miniſtris cap.12.*
*De trium gymnaſticæ ſpecierum differentijs: bellica, legitima ſiue medica, & vitioſa ſeu athletica cap.13.*
*De vitioſa gymnaſtica, ſiue Athletica cap.14.*
*De viuendi Athletarum ratione. ca.15.*

*LIBER SECVNDVS.*

*QVid ſit exercitatio, & quō differat à labore, & motu. cap.1.*
*De gymnaſticę medicæ diuiſione. cap.2.*
*De ſaltatoria cap.3.*
*De ſphæriſtica cap.4.*
*De pilæ ludo ſecundum latinos cap. 5.*
*De orcheſtica, ſiue tertia ſaltatoriæ parte cap.6.*
*De fine ſaltationis, & de loco cap.7.*
*De luctatoria cap.8.*
*De pugilatu, & Pancratio, & Cæſtibus cap.9.*
*De curſu cap.10.*
*De ſaltu cap.11.*
*De diſco, & halteribus cap.12.*
*De iaculatione. cap.13.*

*LIBER TERTIVS.*

*DE agendis, & de ratione præſentis tractationis cap.1.*
*De deambulatione cap.2.*
*An erectum ſtare ſit exercitatio ca.3.*
*De pugnarum generibus cap.4.*
*De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus cap.5.*
*De ſpiritus cohibitione cap.6.*
*De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap.7.*
*De Cricilaſia, Trocho, & Pilamalleo cap.8.*
*De equitatione cap.9.*
*De curruli vectatione cap.10.*
*De geſtatione in lectica, & ſella. ca.11.*
*De agitatione per lectos penſiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. ca.12.*
*De nauigatione, & piſcatione. cap.13.*
*De natatione cap.14.*
*De venatione cap.15.*

*LIBER QVARTVS.*

*DE ratione agendorum, & de exercitationis vſu cap.1.*
*Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in ſanis damnabant: &*

*Gymnaſtica* *V*

de exercendi neceſſitate, atque commoditate cap.2.
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere ſentiebant cap.3.
Redarguuntur qui aſſuetos ſolum exerceri volebant cap.4.
De exercitationum differentijs cap.5.
De corporum morborum, & ſanitatis generibus cap.6
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap.7.
De corporibus valetudinarijs, & ſenilibus exercendis cap.8
De corporibus ſanis exercendis ca 9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap 10
De tempore exercitationibus apto cap.11.
Quanta fieri debet exercitatio cap.12.
De modo exercendi cap.13

LIBER QVINTVS.

De ordine agendorum, & de nonnullis ſcitu dignis cap.1.
De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus cap.2.
De ſaltatoriæ effectibus cap.3.
De ludorum pilæ effectibus cap.4.
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap.5.
De pugilatus, Pancratij, & Cæſtuum facultatibus cap.6.
De curſus natura cap.7.
Quid præſtet ſaltus cap.8.
De halterum conditionibus ca.9.
De diſci, atque iaculationis effectibus cap.10.
De deambulationum qualitatibus caput.11.
Iterum de deambulationum qualitatibus cap.12.

LIBER SEXTVS.

Qvos erectum ſtare effectus pariat cap 1.
De pugnarum effectibus cap.2.
De quarundã aliarum exercitationum qualitatibus cap.3.
De ſpiritus cohibitionis facultatibus cap 4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap.5.
De lectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus cap.6.
De Cricilaſiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap.7.
De equitationis facultatibus cap.8.
De geſtationum in vniuerſum viribus cap.9.
De geſtationum in vehiculo, lectica, atque ſella particularibus viribus cap.10.
De lecti penſilis, cunarũ, ac nauis geſtationum facultatibus ca.11.
De natationis, & piſcationis effectibus cap.12.
De venationis conditionibus cap.13.

fo 14 linea 3 a fine labetesque lege lebet sque
15 linea 19 siue Plidie lege in Elide.
15 linea vlt. equirendi lege acquirendi.
17 linea 4 exercitandam lege excitandam
18 linea 6 iener, lege inter.
18 linea 12 ſcribat lege ſcribit.
19 linea 11 propiugeum lege propnigeum
20 linea 4 a fine caldam lege calidã.
24 linea 9 Eoriceum lege Coriceũ.
26 linea 21 fabricabatur lege fricabãtur.
33 linea 26 Maecenetem lege Maecenatem.
34 linea 5 olei lege olet.
34 linea 11 a fine Inquies lege Inque.
38 linea 24 Albero lege Abero.
41 linea 11 decimum lege decimi
44 linea 17 calda lege calida.
51 19 litore lege littore.
52 linea 12 ſaepro lege ſepto.
63 linea 11 a fine piliecipi lege pilicrepi.
63 linea 5 a fine pedierepos lege pedicrepos.
65 linea 15 a fine fornicator lege fornacator.
67 linea 7 militaris lege militari.
73 15 a fine perſicaſſe, lege perſiccaſſe.
73 6 a fine fere lege ferre.
75 2 victu lege victum
75 21 obtinuerint lege abſtinuerint.
80 linea 14 contineantur, quod a nullo lege contineantur, uerum quod a nullo
83 linea 8 a fine ſphaeriſtirica lege ſphaeriſtica.
84 linea 25 immiſcebat haerebat, lege immiſcebant haerebant.
94 linea 2 c in lege & in
108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus
126 linea 4 a fine Arataeus lege Aretaeus.
115 in margine Pliacorũ lege Eliaiorũ.
136 linea 13 a fine exercitandam lege excitandam
141 linea 9 incindentibus lege incidentibus.
143 linea 10 ſangoine lege ſanguinem.
149 18 excitati lege exercitati.
154 9 perſpirabilemq. lege perſpirabileq.
158 19 a fine rectores lege rhetores
158 16 a fine lirora, lege littora.
169 linea 7 quarũlibet lege quorumlibet
173 19 ſtuderunt lege ſtuduerũt.
186 17 a fine qua, lege quae.
187 linea 23 corpori lege corporis.
224 linea 5 quodcunq. exercitationes lege quodcunque poſt exercitationes
250 F defecto lege defectu.
231 linea 18 quo lege quem.
232 21 remunitores le. reũctores.
238 18 viuendi lege videndi
249 linea vltima ſicq. lege ſiq.
255 22 Theophaſtus lege Theophraſtus.
256 linea 2 ſatisfacere lege ſatiſcere
255 linea 5 a fine ſalteribus lege Halteribus.
261 linea 3 a fine noce lege nocet.
262 linea 7 a fine afficiũt lege efficiũt.
279 linea 18 a fine Auẽroar lege Auenzoar
288 linea prima patere lege petere
290 linea 3 ouent lege fouent

Te monitum praeterea volumus candide Lector erratum eſſe in ichnographia ſecunda paleſtrae oblongae, cum ſculptor eam minime ſeruauerit in platanone, & ſecunda, ac tertia porticibus extra paleſtram longitudinem, quam ratio propoitionis poſtulat, & quam ipſi deſcripſeramus.

# INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A


ABies eſt materia curribꝰ faciendis apta. 171.a
Abrahã vt Deꝰ ab Alex. Se. colebatur 182 d
Academia Platonis. 18 e
Accubitus conſuetudo vnde manarit 53 a.b
Accubitus virorũ forma qualis fuerit. 53.e & deinceps
Accumbentium numerus quis eſſet. 54 d
Accumbentium imago 55
Achilles ſuos milites diſco exercebat, ne ocio torpeſcerent 121.c. 130 f
Acidũ ructãtes vociferatione iuuant 181.c
Adoleſcentes cur ad gymnaſia accedebant. 26.d
Adorantes erecti ex lege ſtabant 138.f
Æger nullus ex aliquorum ſententia eſt exercendus 205.c
Ægroti priſcis temporibus palàm exponebantur, & qua de cauſa 1.c
Ægyptus, Homero autore, multas herbas, ac medicamenta habuit 1.b
Aer eſt ex extrinſecꝰ corpori accidẽtibꝰ. 6.f
Ætas in exercitatione eſt cõſiderãda. 212.f
Aglaitades errauit, riſum dicens neq; corpori, neq; animo prodeſſe. 161.b. 288.d
Agoniſtarcha quis fuerit 61.a
Albati erant vna factio Romana 168.e
Aldus Manutiꝰ iuuenis eruditiſſimꝰ. 178.d
Alexander Seuerus Imperat. exercitationis cauſa aliquando piſcabatur. 181. quos Deos coleret. 182. d. ad maiorũ effigies ſacra faciebat. ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia poſt lectiones quę fuerint. 28.f. idem balnea virorum ac mulierum ſeparauit 50.d
Alexand. Seuerus Imp. ferè ſemper frigida lauatione vtebatur, rarò calida 39 c
Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos curſu exerceri 115.c
Alexander Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134.f
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 225.a
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi ſumptionem ageret 124.e
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 298.f
Alipilus in gymnaſijs quis eſſet, & quid ageret 63.e
Alipta quis nam eſſet 63 a
Aloyſius Mocenicus Frãciſci F laudatˀ. 19.c
Ambulationes quęnam ſecundum Ariſto. ſint faciliores 217.c
Ambulationes tum aſcẽdẽdo tum deſcẽdendo factæ qua de cauſa laudentur. 264 d
Ambulatio ſub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celſo pręfertur 265 a
Ambulatio ſubdialis multas habet ſpecies ibidem
Ambulatio ſub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuerſis diuerſimode accipitur ibidem
Ambulatio ſub Sole minus lædit, quàm ſtatio, & qua de cauſa ex Ariſtot. ſententia 266.f. 271.a. 272.c
Ambulatio in vmbra facta, quænam ſit bona ibidem
Ambulatio per arbores rore ſuffuſas facta lepram facile inducit, & cur 267.a
Ambulatio epilepticis, & vertiginoſis conueniens quę ſit 267 b
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de cauſa ibidem
Ambulatio poſt cęnã qbꝰ cõueniat. 267.c
Ambulationis matutinæ, & veſpertinæ effectus qui ſint ibidem
Amycus Bibriciorum Rex ceſtu claruit, & fuit à Polluce interfectus 110.f
Ammon apud Oui. ceſtu valuit 111 a
Andreas Baulius vir multæ doctrinę. 34.
Andreas Palladiꝰ Architectꝰ peritiſſimꝰ. 19.c
Angina laborãtes luctam effugiant. 146.e
Animus ſine corporis auxilio nihil laude dignum efficere poteſt 13.a
Anneus Gallio ſanguinem expuens nauigatione ſanus factus eſt 179.b
Antheus ſecundum Platonem fuit luctationis artis auctor 105 a


Antio-

Antiochus medicus quo exercitio vteretur 210. e. f
Antioch⁹medic⁹vehiculo geſtabat. 197. b
Antiq. bis in die an ſemel ſaturarent. 52. f
Antiquorũ mos vinciẽdi tpa in cęna. 57. a
Antiqui in ſtratis cœnabant 53. a
Antiqui omnes voluptates in conuiuiis excogitarunt 58. e
Antiquorũ ſtudiũ in cibis ac potibus delicatiſſimis cõquirẽdis magnũ fuit 58. e
Antiquorum ſcripta quonam modo interierunt 161. c
Antiquorum maior pars mane vel nihil, vel exiguum quid ſumebat 225. c
Antiquorum maior pars in veſpere ſolum ſaturabatur 136. e
Antonius Pius Imp. balneum populo ſine mercede conſtituit. 48. d
Apodyterium in palęſtra quid fuerit. 29. c
Apodyterium in balneo quid eſſet 40. f
Apollini cur Athenienſes gymnaſium conſecrarunt 8. d
Apollo iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis indicatus 130. f
Apollo iaculationi ab antiquis eſt præpoſitus, & quare 258. e
Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur 182. d
Apoplectici Tral. ſententia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299
Aponaxis quid 85. c
Apoſtemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur 281. c
Apricari quid faciat 140. d
Apuleius Celſus in Sicilia quendam à cane rabido morſum curauit 4. e
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo ſe nobis manifeſtauit 4. e
Aquis medicatis etiam vtebantur in lauatione ad voluptatem 47. a
Aqua eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 6. f
Aquæ omnes ſponte naſcentes calidæ ſunt Ariſtot. authore 303. c
Aquarium quid eſſet 43. a
Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 292. f
Archimedes ſæpe figuras mathematicas in corpore vncto deſignabat 32. d
Ariſtotelis ſententia de gymnaſtica & pædotribica 10. d
Ariſtote. ſẽtẽtia de arte gymnaſtica 13. a
Ariſtot. ſẽtẽtia de motu poſt cibũ 222. a
Ars gymnaſtica, Gale. ſẽtẽtia, eſt maxima pars facultatis conſeruatricis 7. b
Gymnaſtica.
Ars gymnaſtica qb⁹nã reb⁹ pficiat. ibidẽ
Ars gymnaſtica quomodo ſcientia a Galeno vocetur 10. d
Ars Gymnaſtica quid nã circa corpus humanum operetur 11. f
Ars gymnaſtica ad bonum corporis habitum acquirendũ, ac ſanitatẽ cõſeruandã maxime pdeſt multorũ teſtimonio 13. a
Ars gymnaſtica homini eſt naturalis 13. c.
Ars gymnaſtica quo tpe inceperit 13 b. c. d & quomodo ordinem ac regulas accepetit 15. c. 62. f.
Ars conſeruatoria qualitate, quantitate, occaſioneq; perficitur 7. a
Ars medica qua ratione coniecturalis efficitur & quaſi incerta 216. f
Artis Gymnaſticæ diffinitio. 10. f & 189. e
Artis Gymnaſticæ finis 10. f
Artis gymnaſticæ apud antiquos exiſtimatio 13. a
Arthriticos deambulatio lenis, & remiſſa iuuat, & vehemens lædit 251. e
Arthriticos geſtatione curabat Aſclepiades 296. f
Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de cauſa 305. a
Æſculapius Epidaurius multum artem medicam illuſtrauit 1. c
Æſculapius ſanis poſtpoſitis, ſolis morboſis, ac languentibus opem ferebat 1. c
Æſculapius iaculationis & medicinę Deus ab antiquis iudicatus 130. f
Æſculapius venatione ſummopere delectabatur 185. c
Æſculapius ab antiqs iaculationi eſt præpoſitus, & quare 258. e
Aſclepiades Pruſienſis orator, & medicus clarus 51. c
Aſclepiades per inediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 193 c
Aſclepiades infirma corpora variis exercitationibus moleſtabat, vt hominũ fauorem aucuparetur 205. b. 235. b
Aſclepiades Pruſienſis lectis, & balneis pẽſilib⁹ in ægris curãdis vtebat. 176. f. 300. f
Aſclepiadem Soranus reprehendit, ꝙ phreneticos cãtu curare ꝓfitebatur. 284. d
Aſſa in balneo quid eſſet 41. a
Aſthmaticos curſu veſtibus laneis facto Theodorus Priſcianus curabat. 253. a
Cęlius Aureli. ſpiritu retento. 179. c & vociferatione. 281. c Aſclepiades geſtatione 296. e
Athenæum quis locus fuerit. 18. f

Athenienſes cur Apollini gymnaſium cõſecrarunt 8.d
Athenienſes poſt Lacedæmonas gymnaſia inuenerunt 18.c
Athenienſes iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulnera fierent 144.c
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnaſio ſe exercebant. 26.d
Athletæ ſimplici nomine dicti q ſint. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.c
Athletę quo nomine à Plato. vocẽtur. 69.b
Athletarũ victus ratio, quæ eſſet 72.c
Athletæ cur pallidi fiant poſt labores ex Ariſto. ſententia 74.c
Athletæ à Venere ꝓrſus abſtinuerũt. 75.b
Athletarum ęgritudines ſecundũ Gal. 76.d
Athlet. gymnaſtica ſaltationes habuit. 85.a
Athletæ ambulationib⁹ nõ vtebant. 135.b
Athletæ aduerſus palũ ſe exercebãt. 145.a
Athletæ ex ſpiritus cohibitione nõ parum auxilij capiebant 154.d
Athletæ ſtatim poſt exercitationem potũ vitabant, & qua de cauſa 214.d
Athletæ frequentiſſime vtebantur pugillatu, lucta, & Pancratio 248.d
Athletæ oſtẽtationis etiam gratia ſpiritum retinebant 154.f
Atrophia laborantes vociferatione liberantur 281.c
Atrophiam geſtatione curabant Theodorus Priſcianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo ſtupore Ætius geſtatione curabat 298.e
Author huius operis cur de gymnaſijs ſcribere ſibi propoſuerit 7.a
Auditus ſpiritu retento melior fit 279.b
Aues in aere ſtare apparẽtes an aliquo modo moueantur 137.a.b
Auerrois ſẽtẽtia de ijs qui exercitationem dimittunt 194.c
Auerrois reprehenditur, qui cenſuit morboſa corpora quotidie ad ſudoris initium eſſe exercenda 209.c
Aug. Imp. lege ſanciuit, vt milites educerentur ambulatum in menſe 135.c
Aug. Imp. ſcimpodio qñq; vehebat. 177.c
Auguſtus Impe. folle ſe exercebat, & qua de cauſa 242.f
Aug. Imp. in fine deambulationis ſubſultim currere videbat & qua de cã. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure ſiniſtro laborãs ambulatione in harena maximè ꝓfunda ſe exercebat, & qũo. 264.f
Aug. Impe. poſt cœnam lectica lucubratoria vtebatur 299.a
Aurelianus Imperat. thermas hyemales in tranſtyberina regione fecit 206.f
Aurium dolorẽ patientes lucta lędit. 246.e
Aurium dolore vexatos geſtatione Gale. Tral. & Ætius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmo, ilice, & fraxino fiunt. 171.a

B

Baliſta quale inſtrumentũ fuit. 130.e
Balneum gymnaſiorum 38.e
Balneũ loca ꝯſtitucẽtia quęnã eſſent. 39.b
Balneis inſeruientia quę nam eſſent 39.b
Balneoꝝ ſitus ſm Vitruuij ſententiã. 43.b
Balneoꝝ aer extrinſec⁹ & intrinſec⁹. ibidẽ.
Balnea multum calida Gal. tempore in deſuetudinem abierunt 44.e
Balneorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuerſa ratione vtebantur 47.b
Balneum res quadrãtaria cur vocetur. 47.c
Balneorum hora quę fuerit 50.f
Balnea ſemp ante ſolis occaſum claudebãtur, nec vnq̃ ante auroram aperiebãtur ante Alex. Seueri Imp. tempora 50.f.
Balneis penſilibus Aſclepiades in ægris curandis vtebatur. 176. f.d. à Sergio Orata ſunt inuenta 177.a
Baptiſterium in balneo quid eſſet 39.c
Bellorophon fuit eqtatiõis inuẽtor. 167.c
Bigis Plato animas aſſimilauit 171.c
Bigæ in pub. ſacris frequentiſſimè certauerunt ibidem
Blandi Forliuienſis error de thermis 19.b
Botularij ĩ gymnaſijs botulos vẽdebãt. 64.e
Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videntur. 255.b
Brachia diſcus corroborat 257.c
Brotheas apud Oui. ceſtu valuit. 111.a
Budaeus fallitur 17.a
Budęi error 145.b
Budęus defenſus a Cornario. 119.a

C

Cachecticos natatio maritima iuuat. 304.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus. 2.f
Calicrates armatus currẽdo bis vicit. 116.e
Callimachus ſtatuarius cacirotecnus cur ſit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid eſſet 41.a

Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robuſtior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes ꝓhibet. 220.f
Calor natiuus exercitatione eſt excitandus & qua de cauſa ibidem
Calidi homines vel parũ vel nihil exerceri debent, & qua de cauſa 214.e & 219.c
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de cauſa 182.f
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt. 4.e
Cãtoribus ſpiritu retento peritonęum rumpitur 284.e
Cãtus exprimit rerum ſimilitudines. 9.b.e
Cantus à vociferatione differt 283.b
Capita detecta, à ſole multum lęduntur, & qua de cauſa 272.e
Capite coopetto antiq ſacrificabãt. 139.b
Capite malè affectos ex Antylli ſententia multa deambulatio iuuat. 262.e. itẽ deambulatio facta calcibus incumbendo 263.a
Capitis grauitate laborantes poſt motum leniter factum leuãtur, poſt curſum magis laborant ex Caſij medici ſententia vnde fiat 251.b c
Capitis dolorem inueteratũ Aretæus manuum geſticulatione curabat 240.d
Capitis circunuolutiones vertigines pariunt. 242.d
Capitis dolorẽ lucta iugi & magiſtro adhibito facta Cęl. Aurelian⁹ curabat. 245.a & tali dolore laborantes currere veſtitos iubebat. 253.a. & deambulare. 261.a
Capiti male affecto vociferatio obeſt 282.e
Capitis dolore laborãtes vehiculo per longam viam Cœl. Aureli. vehi debere iudicauit, & qua de cauſa 297.c
Caput debile lædit ſaltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput læditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262 e
Caput maiores noſtri ferè nunquam tegebant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione poſſint vti 194 e
Carnes exercitatorũ caſeo iam coagulato: non exercitatorum verò caſeo nondum bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinẽ deãbulatio aufert 261.a
Carnis multitudo qua ratione à Cęlio Aureliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem geſtatio Cœl. Aureliano authore, remouet 298.e
Caſſius iatroſophiſta Romæ Cornel. Celſi ætate medicinã ſumma cum laude exercuit 251 b
Cachecticis vociferatio ſubuenit 281.c
Celtæ poſt cęnam pugna vmbratili ſe exercebant 14⁵.c
Cęlum meridianum quale ſit ex Vitru. ſententia 219.a
Cęnæ initio veteres arctius accumbebant ſatiati ὑπτία πλάγια vertebantur. 53.f
Cęnaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frontem & tempora vinciebant, & cur. 55.a
Cęnę ꝯſuetudo apud antiquos. 52.f. & ĩfra
Cęnæ hora cur veſpertina ſit data 59.a
Centauri quinam ſint dicti 167.c
Cera digitis emolliẽda arthriticis dat͂. 128.e
Cercio ſecundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14.d
Ceſtiphori in gymnaſio ſe exercebãt. 110.e
Ceſtuum exercitatio 110.d 248.e
Cęſar ſcripſit, non fruſtra fuiſſe antiquitus inſtitutum, vt in bello committendo ſigna concinerent, & vniuerſi milites clamorem excitarent 136.f
Cęſ. Augu. exercitationis cauſa aliquando cæſtus. 113. piſcabatur. 181.c. 305.c
Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione ſummopere delectabatur 185.c
Chorea ſaltationis nomen vnde ſit ortum. 101.b. c
CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182.d
Cibi neceſſitas, vnde nam ꝓueniat. 192.d
Cibi ſuperfluitates neceſſe eſt, vt è corpore effluant 192.e
Cibi praui non lædunt eos, qui multum exercent, & qua de cauſa. 193 b
Cibis mali ſucci vtentes homines quomodo ſe habeant 199.c
Cibi cõcoctio quomodo cognoſcit͂. 223.b
Cubiſtica eſt prima ſpecies ſaltationis. 82. d. 239.c
Ciborum ſatietas vitari debet 192.f
Ciborum in appetentia laborantes lectus penſilis iuuat. 301.a
Cibos faſtidientes vociferatione iuuantur 281.c

Cibus poſt exercitationem nõ ſtatim debet aſſumi,& qua de cauſa 213.c
Cinædi vnde dicti a veteribus 101.a
Cyrus Perſarum Rex corporis labores magnopere æſtimauit 8.d
Ciſius erat vehiculi ſpecies 208.e
Claudius Cæſ. vehiculo vndique tecto primus,& quando eſt vſus 172.f
Claudius Impe. Harpocræ liberto ſuo conceſſit,vt per vrbẽ lectica vehi poſſet. 174.f
Claudus ſecundũ Platonem quis ſit. 13.a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe.tempore floruit 49.c
Clemẽs Alex tpe Gal. Romę floruit. 105.b
Clitomachus Cartaginiẽſis fuit nouæ Academiæ ſectator clarus 75.a
Cęliacos manuum geſticulatione curabat Aretæus 240. d. & vociferatione. 281.c & exercitatione inter myrtos,lauros, & thymum ſacta 296.f
Coitu vſuri veſpere non cœnabant 52.f
Coitus quoſdã lædit, quoſdã iuuat. 196.e
Colicos Ætio autho. lctõ alta iuuat. 285.b
Colicos pilæ luſu. Cœl. Aureli. curabat. 243.b. & curſu. 248 e. & deambulatione.261.a. & ſpiritu retẽto.278.f. Aſclepiades geſtatione 296.f
Com. Impe. filius in palæſtra in ægritudinem incidit 29.a. 145.b
Cõmod⁹ Impe.iaculatiõe excelluit 131.a.b
Comitiales luctam vitare debent. 246.e
Concamerata ſudatio in palæſtra vbi nam erat 20.f
Concoctionem impedit exercitatio ex Eraſiſtrati ſententia 191.b.c.
Cõcoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur. 191.f
Concoquentes difficulter vociferatione iuuantur 281.c
Coniſteriũ ĩ palęſtra vbi nã erat. 20.f.34.e
Conſeruatiua medicinę pars à qbuſdã ſola digna videt, vt noĩe medicinę noĩet. 5.c
Conſeruatiua medicinę pars à quibuſdam in tres partes eſt diuiſa. 6.e
Conſeruatiuam conſtituentia quatuor nominibus à medicis cõprehenduntur. 6.f
Conſtantini Impe. tempore accipitres edoceri cœperunt 188.e
Conſuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 198.e.f
Cõſuetudinẽ pmutãtes valde lędunť. ibid.
Conſuetudo mala quomodo ex Hip. ſententia ſit mutanda 200.d
Cõſuetudo exercitij quantũ proſit. 211.a
Cõſuetudo in oĩbus eſt cõſeruanda. 212.
Conſuetudo in exercitatione conſideranda eſt ibidem
Cõtinui ſolutio quib⁹ rebus accidat. 208.e
Continui ſolutioni nullum motus genus conuenit,& qua de cauſa ibidem
Continui ſolutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
Cõualeſcẽtes vociferatione iuuãtur. 281.c
Conuulſionib⁹ capiuntur,qui curſu cõcitato vtuntur.& quomodo hoc fiat. 251.e
Cornarij lapſus. 118.f
Cõuiuis olim frigida, & calida a puero dabatur. 54.e. Cornibus boum priſci potabant 55.b
Cor. Cęl. iubet, vt in antiquo laterum dolore victu athletico vtamur 76.e
Corpus humanum quo pacto à diuerſis diſciplinis conſideretur 12.e
Corpus humanũ quomodo eſt artis Gymnaſticæ ſubiectum ibidem
Corpuſcula à noſtris corporibus continue effluunt 192.d
Corporis habitus ab exercitatione conſeruatur 192.e
Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 192.f
Corporis membra per exercitationẽ firmitatem & robur acquirunt. ibidẽ. 194.d
Corporis habitus ab ocio deſtruitur. 192.e 157.c
Corporum tria genera à medicis conſiderantur, & quæ 204.d
Corpora ægra an aliquo pacto debeãt exerceri 205.b
Corpora ſicca motibus leuibus & moderatis vti poſſunt 206.f
Corporib⁹ calidis & ſiccis nullę ĩmoderatę exercitatiões ɔueniũt. 206.f. 215.b. 219.c
Corporibus frigidis & ſiccis exercitationes remiſſæ conueniunt, ibid. 115.c. 230.d
Corpora, quorũ vnũ mẽbrũ in tẽperiem patitur, quomodo ſunt exercenda. 207.a
Corp⁹ nullũ quauis intẽperie laborãs debet vehemẽti exercitatione exerceri. 207.b
Corpora ob malam formationẽ morboſa, quomodo ſunt exercenda ibidem
Corpora in numero morboſa exercitationibus vti poſſunt 208.d
Corpora ęgritudine in ſitu laborantia nullo exercitationis genere vti debent, & qua de cauſa ibidem
Corpora valetudinaria q̃nã ſub ſe ſm huius

ius auctoris ſententiã pñt cõtinere. 209.a
Corpora ſenum cur multa excrementa generent 210.d
Corpora ſenum quibus exercitationibus vti debeant 210.e
Corporum ſanorum differẽtias multas antiqui medici conſtituerunt 211.c
Corpus perfecta ſanitate prȩditum potius mente conſiderari poteſt, quàm re ipſa inueniri. 212.d
Corpora multa temperata in ſua regione inueniri dixit Gal. ibidem
Corpora communiter ſana dicta excremẽta quotidie generant, & ob id exercitationibus indigent ibidem
Corpora frigida, vehementer & multum exerceri debent 214.f
Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigent, ibidem 229.c
Corpora humida à labore ſuffocati, hæc Ariſtot. ſententia quomodo ſit intelligenda conciliator exponit ibidem
Corpora in æſtate potius, quàm in hyeme ſunt exercenda ex Ariſto. ſentẽtia 220.f
Corpora quibus temporibus ſint exercenda, & locis 221.e
Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibidem. & 229.e
Corpora frigida & humida multis & vehementibus exercitationibus indigent. ibidem, & 230.d
Corpora ab iiſdẽ, quãdoq; lȩduntur, qñq; iuuantur, prout illis applicantur. 235.a
Corporis carnoſitas multis exercitationibus remouetur 238.e
Corpora induta minus à ſole calefiunt ſm Ariſto. ſententiã, & qua de cauſa. 272.e
Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum natãdo in artus facillime reſtituuntur 304.f
Coriceum in palȩſtra vbi nam erat. 10.f. & quid eſſet. 29.c. 87.b
Corycus quid eſſet ex Antilli ſententia. 86.e. 101.c. 242.d
Cornarius corycum malè follem interpretatus eſt in Hip. conuerſione 33.c
Cornarius malè arguit Budæũ. 118. & 119.
Coxas debiles ſaltatio cõfirmat 240.e
Coxis ex Hip. ſententia equitatio eſt inimica 293.a
Craneum gymnaſiũ apud Corinthios. 18.f
Craſſi quando cibum debẽt ſumere. 123.c
Crateri medici ſeruus horribili quodã morbi genere captus fuit, quo carnes ab oſſibus cadebant 5.a
Cratin⁹ poeta cur ſaltator ſit vocat⁹. 101.b
Crepaturas patiẽtes ſaltũ dẽnt vitarẽ. 255.a & diſcũ. 258.e. & ſpiritũ retentũ. 280 d quomodo fiant. 284.e.f
Criptoporticis antiqui ad deambulãdum vtebantur, & qua de cauſa 265.a
Criſilaſiæ forma ex Oribaſio, quæ nata fuerit 162.d. eius vtilitas 209.b
Crito medicus Romæ ſub Traiano floruit 245.c
Crudos pilæ luſus lædit 243.b
Crura infirma ſaltatio corroborat 240.e
Crurum vlcera haltere Gal. curabat. 256.e
Cruſtularij ĩ gymnaſijs cruſta vẽdebãt. 64.e
Cunis quomodo in ægris curãdis antiqui medici vterentur 178.e. 301.b
Curatiua medicinæ pars ob neceſſitatem prius eſt inuenta, & à quibuſdam impoſtura quædam dicitur 5.b.c
Curæ ſanum corpus conſeruant 6.f
Currendi facultas à natura data eſt animalibus 155.a
Curſus certamen Elei inſtituerunt 115.c
Currens ab ambulante quõ differat 251.a
Currentes hyeme magis rigent ſtantibus, & qua de cauſa 220.f
Currentium ſpiritus anhelat 252.d
Curri b⁹ faciẽdis materia apta eſt abies. 171.a
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodotus, vtebantur & quantum ſpacij perficerent 172.e
Curribus oĩs generis ſani vtebanẽ. ibidẽ.f
Curribus tectis principes vtebantur potius, quàm apertis antiquitus ibidem
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur ibidem
Currus multa apud antiquos erãt genera, & quæ & quomodo ſimilia, & diſſimilia erant. 173.a
Currulis vectatio ab Erichthonio eſt inuenta 171.a
Currulis vectatio apud mulieres Romanas in maximo honore habebatur 171.b
Currulem vectationẽ Romani mulieribus abſtulerũt, ob nimium luxũ, poſtea illis reſtituerunt, & qua de cauſa ibidem
Currulis vectatio apud gymnaſticos æſtimata erat 171.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vſu 171.a
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem

Currus ſex rotarũ Scythę inuenerũt. ibidẽ.
Currus forma eſt varia ibidem.
Curruũ certamẽ in ludos olympios quando ſit inuectum 171.c
Curſor qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 70.d
Curſus Gal. ſentẽtia nõ parũ cõfert ad ſanitatẽ,& bonum habitum. 116.e. 249.b
Curſus quis motus ſit,201. c. eius vtilitas & damna 249.c & infra.
Curſus tres ſunt ſpecies ex Antylli ſententia 116 f
Curſus apud veteres Græcos quid ſit 217.b
Curſus omnis febrientibus nocet 249 c
Curſum pro vertiginoſis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 250 d
Curſus circularis effectus qui ſint & omnino repudiari debet ibidem
Curſus eos,qui fungos comederunt, & qui à ſcorpionibus icti ſunt, iuuat 250.f
Curſus quõ renes lædat, & iuuet. ibidem
Curſu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem.
Curſus pedes & crura iuuat ibidem
Curſus qua de cauſa ex Ariſto. ſententia caput lædat 250.d
Curſus à quibus vitari debet 252.d
Curſus in poſteriora factus quęnam auxilia ex Antylli ſententia corporis partibus præſtet 252.e
Curſus per accliuia, & decliuia differentiæ 252.f
Curſus corpore nudo factus quid efficiat. 253.a
Curſus quo tpe magis ſit faciendus. 253.b

D

Dares apud Vergi.ceſtu valuit. 111.a
Deambulationis vtilitas. 153.c.259. per totum caput.
Deambulationib⁹ loci apti qui ſint. 263.b
Deambulatio multas habuit ſpecies.135.c & infra.259.c
Deambulatione quãdo vti debemus 260.d
Deambulationis effectus qui ſint. ibidem
Deambulatio mediocris eſt magis in vſu & quæ ſit ibidem
Deambulatione pro inſania, & aſthmate curandis Cęl. Aureli. vtebatur. 260.f
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur ibidem
Deambulatio pauca quibusnam conueniat 262.d
Deambulatio extremis digitis facta lippiẽtibus confert 263.a
Deambulationum differentiæ à loco ſumptæ quę ſint 263. b. & earum vtilitates, & nocumenta, ibidẽ & infra.
Deambulatio tarda quibus cõueniat. 261.a
Deambulatio quęnam ſit, qua Hip. Auic. & Haly poſt cœnam vtuntur 261.b
Deambulatio febres auget. ibid.
Deambulatio minorẽ fatigationẽ in ſpirandi difficultate,q̃ pedib⁹ ſtare affert. ibid
Deambulatio vehemẽs corporis tremorem expellit. flatus diſcutit. ibid.
Deambulatio ſalubrior quæ ſit ex Acumeni medici ſententia 217.a.& 264.e
Demetrius Hermopolita,& eius laus. 60.e
Demoſthenes prope maris litus vociferabatur. 158 e. & aſcendendo orationes recitabat,& qua de cauſa. 263.c
Diaulus curſus qui ſit 116 e
Dielcyſtinda 152.f
Diocles eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 223.a.268.d
Diocles reprehenditur, qui epilepſiam ſpiritu retento curari dixit 280.d
Dionyſio ſyracuſano cibis appoſitis non delectanti quid coquus reſponderit. 187.c.307.b
Dioreus aduerſarium vnctum & ſine puluere ſuperauit 33.b
Dioxippus aduerſarium vnctũ, & ſine puluere ſuperauit ibidem
Diſcus quot ſignificat,& quæ 123.a
Diſci exercitatio fuit antiqua. 121. b. eius vtilitas 257.b
Diſci figura qualis fuerit 123.c
Diſcus robuſtis corporibus conuenit. 212.f
Diſci exercitatiõe loco purgationis,& phlebotomiæ, ſi quid impediat, vti poſſumus ex Gale. authoritate 257.c
Diſcobboli 122
Diſcus à iaculatione tum in iuuando tum in lædendo parum differt ibidem
Diſcus ab haltere differt 258.d
Dolentibus varius ſermo ſubuenit. 283.b.c
Dolichus curſus quis ſit 116.e
Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131.b
Domitianus Imp. locum pro vocis exercitatione inſtituit 158.e
Dorſum diſcus corroborat 257.e
Dorſum debile habentes erecti ſtare nõ debent. & qua de cauſa 269.b
Dracũculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent 4.f

Dropax

Dropax quid ſit 213.c
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ ſoluuntur 202.f
Duellum à quo ſit inuentum, & cui pugnę antiquorum generi reſpondeat 275.a

E

ELæothesium in palæſtra vbi nam eſſet 11.d.20.f
Elleborũ qui ſumpſerunt geſtatione in lectica facta iuuantur. 299. a. & in lectis penſilibus 301.a
Elephantiaſis Ægypto familiaris quo tempore Italis innotuit 4.e
Elephanticos vſu coryci Aretæus curabat. 242 e. & vociferatione. 281. c. Celſus deambulatione. 261.c. Aſclepiades geſtatione 296.f
Elephãticos natatio maritima iuuat. 304.d
Entellus apud Vergi. ceſtu valuit 111.a
Ephebus Athenis ſerpentem puſillum, & ſtatim ambulantẽ cũ ſemine emiſit. 5.a
Ephebęum in palęſtra vbi nã erat, & quantum 20.f.24.e
Epilepſia inſolatione moderata ſecũdum methodicos curatur 271.c
Epilepſia gladiatoris iugulati sãguine epoto ſecundum quoſdam curatur 275.b
Epilepſia ſpiritu retento Cęl. Aurel. authore non curatur 280.d
Epilepſia quo pacto vociferatione curetur 282.e
Epilepſiæ vehiculo per longam viam vehi nõ conducit Cęl. Aureli. authore. 297.c
Epilepticos geſtatione Gal. Tral. & Æt. curabant ibidem
Epileptic. curſus vehemẽs ex Theod. Priſciani ſnĩa liberat. 250.e. & lõga & recta ambulatio ex Cęl. & cel. authoritate. 262 e
Epilept. Aretęus curabat manuũ geſticulatione 240.d. lędit' deambulatio. 161.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obeſt 304.e
Epiſcyrus luſus quis 85
Equitatio an ſit exercitatio. 79.a. eſt mot' mixtus ſecundum Gale. 170.f. 292.d
Equitatio qd efficiat & eius inuẽtor. 167.c ſemper in honore eſt habita ibi. & 170.d eius vtilitates & damna 292.e.f
Equitatio ſuccuſſante equo facta quid efficiat 293.b
Equitatio per alturcones equos facta quid efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ effectus 293.c
Equitantes cur aliquando lachrymas emittant 294.d
Equitatio an ſit geſtatio ibid.
Eraſiſtrat' miſſionẽ ſanguinis è medicina auferẽdã, atq; etiam oẽm exercitationẽ inutilem ad ſanitatem iudicauit 191.b
Eraſiſtrati rõnes, quatuor quib' exercitationem inutilẽ eſſe ad ſanitatẽ dixit. ibid.
Eraſiſtratus per inediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat. 193.c
Eraſiſtratus eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 221.a
Eraſiſtrati rõnes ſoluuntur. ibid. & infra.c
Eraſiſtratus malè à Cęlio reprehẽditur, qui paralyticos deambulatiõe in locis harenoſis facta exercendos iudicabat. 264.f
Eraſmi error 154.f
Erectum ſtare an ſit exercitatio. 136.f. vtilitas & nocumenta 169
Erecti ſtantes quodãmodo mouẽtur. 137.c
Erectum ſtare ante cibi ſumptionem quomodo iuuat. 140.e.169.c
Erectum ſtare multas habet differentias, & vnde capiantur 169.c
Erectum ſtare poſt cibos ſumptos quid faciat 139.e.207.e
Erichthonius currulem vectationem inuenit 171.a
Eryſimachus medicus ad ſingultum curandũ ſpiritus cohibitione vtebatur. 153.c
Eſculẽta tum cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Euphorbus Iubę regis medicus, & Antonius Muſa fratres vſum aquæ frigidæ poſt balnea calida monſtrarunt. 47.b
Euripidis ſententia de athletis 71.b c
Excrementa diuerſis modis è corporibus auferuntur 190.f. & infra
Excrementa in corporibus detenta multas morborum ſpecies generant. 192.e. 196.d.212.d.214.d.
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent. 223.a
Exercitationes corpus cõſeruant ſanũ. 6.f
Exercitationes quomodo corpori ſano vtilitatem, Gale. & Auic. ſententia, præſtent 7.c
Exercitati cur à frigida lotione aut potione lędantur 223.c
Exercitationis diffinitio ſm Gal. 77.b. ſm Auic. 78.a. ſm Auer. & hũc authorẽ. f.
Exercitationis diuiſio ſm Platonem. 80.d.f
Exercitatio vtiliſſima quæ ſit ex Gal. ſententia

tentia 185.b
Exercitationis dr̄iæ vnde ſumantur. 189.c
Exercitationes opportune factę multorum errores corrigere poſſunt. 18.c. & multa bona præſtare. 194.d. 197.a
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 191.a
Exercitationem omnem Eraſiſtratus ad ſanitatem inutilem iudicauit 191.b
Exercitatio concoctionem impedit ex Eraſiſtrati ſententia ibidem
Exercitatio natiuum calorem, & humidū lędit, Eraſiſtrati ſententia, & per conſequens ſanitatem conſumit ibidem
Exercitationis neceſſitas, & vtilitas. 191.d.e
Exercitatio corporis habitū cōſeruat. 192.e
Exercitatio laborē coniunctū habet. 193.b
Exercitatio calorem naturalē auget, vnde fit, vt ipſe mediocritatē tranſeat. 194.d
Exercitatio ſupfluos humores ꝯſumit. ibi.
Exercitatio cunctis hominibus indifferenter cōuenit ſecundum quoſdam. 195.b
Exercitationibus homines naturaliter inclinantur ibid. & 196.f
Exercitatio ſanitatem præſtat ibidem
Exercitatio excrementa expellit è corpore ibidem
Exercitatio cunctis ante cibi ſumptionem conuenit 195.c. 190.e
Exercitatio quoſdam lædit, quoſdam iuuat. 196.f
Exercitatio aſſuetis conuenit, non autem inaſſuetis ſecundum quoſdam 198.d
Exercitationum tres ſunt primæ differentiæ 200.e. 136.f
Exercitatio præparatoria ſecuudum Gale. quæ ſit ibidem
Exercitatione præparatoria quādo, & quomodo vti debemus 200.f
Exercitatio curatiua quæ ſit, & quando ea vti debemus ibidem. & 137.b
Exercitatio ſimplex quæ ſit, & eius ſpecies 201.a. 237.b
Exercitatio eorum, qui vitam temperatam degunt, quanta eſſe debeat ibidem
Exercitatio ꝓprie dicta ſpēs habet. 201.f
Exercitationes poſſunt morbos in quantitate auferre 207.c
Exercitatio ſecundum Hip. per additionem fieri debet 209.c
Exercitatio bonum habitum inducit, & ſanitatem conſeruat 211.c
Exercitatio nulla debet eſſe aut violenta, aut immodica 212.e
Exercitat. à qb⁹ vitari dēant. 213.c. & infra
Exercitatio omnis in loco ſalubri fieri debet 219.b
Exercentes ſe ſub ſole magis incaleſcunt quieſcentes, quàm qui mouentur, & qua de cauſa ibidem
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 221.b
Exercitatio ex medicorum ſententia ſemper ante cibum à ſanis fieri debet. 221.d 226.d. 267.c
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 222.f
Exercitandi tria debent obſeruare 223.a
Exercitationis factę poſt cibum nocumēta quæ ſint 222.f. 268.d
Exercitatio non debet fieri vbi ſtomachus eſt valde vacuus, & qua de cauſa. 223.b
Exercitati ſtatim poſt exercitationem nullum cibum aut potum debent ſumere: & qua de cauſa 223.c. & infra
Exercitationis terminus duplex eſt 227.b
Exercitatio duo requirit, membrorum robur, & caloris augmentum 227.c.
Exercitationes conſuetæ in ſenectute congruunt 228.d
Exercitatione laſſitudo ſemper eſt vitanda 228.e
Exercitatiōis termin⁹ eſt famis ſenſus. ibid.
Exercitationis exceſſum laudat Ariſto. magis, quam defectū in cibo ecōtra. 230.f
Exercitatio Socratis ſenis quāta eſſet. ibid.
Exercitatio virorū quāta eſſe debet. ibid.
Exercitatio puerorū quāta eſſe debet. ibid.
Exercitatio fortium hominum quāta eſſe debeat, & debilium ibidem
Exercitatio ſenum minor eſſe debet quàm, cùm iuuenes eſſent ibidem
Exercitatio hyeme facta citra ſudorem fieri debet 229.a
Exercitatio vere facta vſq; ad ſudorem fieri debet ibidem
Exercitatio Autumno facta minor eſſe debet ea, quæ æſtate fit ibidem
Exercitatio inaſſuetorum quæ, & quanta eſſet debet 230.e
Exercitatio immodica oībus nocet. 230.e
Exercitationis immodicæ ſigna. ibidem
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 231.c
Exercitationi peragendæ qui modus eſt adhibendus ibidem
Exercitationem viri quando debeant incipere ibidem

Exercitationem antequam inciperent antiqui quid nam facerent ibid.
Exercitationem ſtatim poſt cibum nemo debet incipere 232 f
Exercitatio prius remiſſe ac debiliter incipi debet, deinde paulatim augeri. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, ſine vniuerſali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 234.e
Exercitati ſtatim poſt exercitationem veſtes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato 233.b
Exercitationem antequam quis incipiat, quid nam facere debeat 233.a
Exercitati non ſtatim poſt exercitationem debent quieſcere, nec cibum aut potum ſumere 233.b.c
Exercitationis modus & ordo totus quis nam ſit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam eſſe debeat 229.b
Exercitationis mos apud antiquos diuerſus fuit ab eo, qui nunc eſt in vſu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi poſt coitũ meridianũ qua de cã vterent. 237.a
Exercitatio cũ puluere qd operetur. 238 a
Exercitatio cũ oleo facta qd efficiat. 236.c
Exercitationes multæ oculorum acumini obſunt. 238.e
Exercitatio magna, vehemens, remiſſa & aliæ à quantitate ſumptæ, quid in noſtro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri nõ debet niſi poſt cibi coctionem 241 b
Exercitationes quæ nã quib⁹ temporib⁹ ex Hip ſentẽtia fieri debeãt. 246.f.& 247.a
Exercitatio capite inclinato facta quos lędat 290 e
Exilitio ſaltus ſpecies curſui aſſimilatur. & eius effectus 254.e

F

Fabularum recitatores vocis exercitationi operam dabant 157.a
Factionũ ſtudioſi homines equorum ſuæ factionis ſtercora odorabant, & quà de cauſa 168.e
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ ibid. Vnde ſint ortæ. 169.a
Febre acuta laborãtes ab omni motu ſunt remouendi ex Gal. ſententia. 206.d
Febres ſæpe contingunt, quia conſuetæ exercitationes dimittuntur 212.f
Fertorium quid eſſet 175.a
Flauius Veſpaſianus dicebat, Imperatorem ſtantem mori debere 139 e
Fletus nocumenta 288.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctã debent omnino vitare 246.e
Fœtus humanus in vtero matris paucioribus ligamentis detinetur, quàm fœtus irrationalis, & qua de cauſa 254 d
Follis pila quæ nã eſſet. 88.f. vtilitas. 241 f
Fornacatores in gymnaſijs qd agerẽt. 64.d
Foſſio eſt exercitatio & opus 202.f
Foſſores qua de cauſa à victu inordinato, & prauo non lædantur. 229.b
Frigida lauatio in palæſtra vbi nam erat. 20 f. 39.c
Frigida lauatione cur vterentur poſt calidam 44
Frigidariũ in palęſtra vbi nã erat. 20.f. 39.c
Frigidum quodcunque ſtatim poſt exercitationem ſumptum, iecur, ventrem & alias partes lædit 233.c
Frigus nimiũ qd in nr̃a corpora agat. 220.e
Funambuli 148
Fundę inuentores Phęnices fuerunt. 229.a
Fuchſij error 87.a

G

GAle. anno ætatis ſuæ 30. luxationem ſummi humeri in palæſtra paſſus eſt 26.e
Gal. tpe in palæſtra pueri exercebant. 29.a
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur 30.e
Gal. paulo poſt Senecam & Plutarchum floruit. 44.d
Gal. gladiatorum medicus à Pon. ſuæ ciuitatis fuit electus 142.f
Gal. vt ſe exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat 203.b
Gale. obeſum corpus veloci curſu curauit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216.e
Gal. iudicat radios ſolis magnas capitibus humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues noſtris temporibus apparuit, priſcis ignota 5.a
Galli venatores helleboro ſagittas inficiebant 188 d
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet. & qua re ex Ariſtot. ſententia 263.c
Genitalia membra flatibus oppreſſa lucta ſanat 245.a
Germanicus Tybetij Imp. nepos qua cauſa equitatione vteretur. 170.e. 191.f

Germa-

Germanicus equitationis beneficio à crurũ tenuitate fuit liberatus 208 d
Geſtationis multę ſunt ſpecies 295.b
Geſtatio eſt debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduerſetur ibidem.c
Geſtatione in quibus morbis curandis Aſclepiades vteretur 295.c & infra
Geſtatio in mari perturbato omnino eſt fugienda ibidem
Geſtatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Geſtatio ſine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297.a
Geſtatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Geſtatione in quibus morbis curãdis Gal. vteretur 297.c & infra
Geſtatio morbis diuturnis prodeſt ibid.
Geſtatione ſella, & lectica facta ęgri vti poſſunt morbo iam inclinante 300.e
Geſtationis in alto mari factæ effectus. 302.f
Gymnaſia nullus antiquorum ſcriptorũ ſufficienter tractauit 7.a
Gymnaſia quæ nam fuerint 17.b
Gymnaſia quare, & à quibus primùm ſint inuenta ibidem c
Gymnaſia diebus feſtiuis magis frequentata erant, & quare 27.a
Gymnaſiũ cur antiqui Tiberi propinquũ effecerint 46.f
Gymnaſtica quid ſit, & quotuplex ſit 8.e 202.e
Gymnaſtica ad medicum pertinet 8.f
Gymnaſtica ad ſanitatem multa bona, & commoda affert ibidem
Gymnaſtica quõ à Pędotribica differat 7.b
Gymnaſtica vnde ſit dicta 16.d
Gymnaſtica ars apud gręcos ſolùm in vſu fuit, & quo tempore ad Romanos acceſſit 16.e f
Gymnaſtica proprios habuit authores, quorum opera fuit illuſtrata 59.c
Gymnaſiarchus quid nam eſſet 60.d
Gymnaſticę artis effectus 66.d e
Gymnaſticæ bellicæ finis 66.e
Gymnaſtica vitioſa quæ ſit 16. e 65. d a Galeno vituperata 69.b
Gymnaſtica medica ſaltationes non reſpuit 83.b
Gymnaſticæ duo ſunt genera, & quæ 82.d 170. f
Gymnaſticam & medicinã contrarias eſſe cur dixerit Hipp. 8.f
Gymnaſtica pricipaliter circa ſanitatis cõſeruationem, conſequenter verò circa ſanitatis curationem verſatur 235.e
Gymnaſtes qui nã eſſet & eius onus 61.b.
Gladiatores apud Romanos qui eſſent, & eorum abſurdi mores 141.e f
Gladiatores diuerſi ab athletis. 70.f
Gladiatores vſq; ad mortem intrepide pugnabant 143 a
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare ibidem
Gladiatores ſanguinem ex vulneribus aduerſarij bibebãt & quare. ibid 275.b c
Gladiatores poſt pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorũ deteſtatio ex D. Cypriano ibi.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid.e
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e
Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Com. Imp. 144 d
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem
Glacus caryſtius pugillator excellentiſsimus 108. e 144 f
Graciles quiete vti debent 213.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exercitationibus ſcripſit 29.a
Gulielmus Chouius errauit exiſtimans diſcum eſſe pilam rotundã in medio perforatam 126.d.145.b
Gordianus iunior Imp. Thermas ęſtiuas fecit 216.f

H

Habitus corporis in exercitationem conſiderandus 213 a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 26.f
Hadrianus Imp. curſũ Nemiacis & Iſthmicis certaminibus reſtituit 115.c
Had. Imp. lege ſanciuit, vt milites in menſe ambulatum educerentur 115 c
Halteres quale inſtrumentum fuerit, ex Oribaſij ſententia 126. e. eius vtilitas, & damnum 256.d & infra
Haltere loco purgationis & phlebotomię fieri aliquãdo põt, ſi qd impediat. 256.e
Haltere antiquorũ etſi nos caremus, loco tamen ipſius alijs inſtrumentis vti poſſumus, & ijdem effectus ſequentur. ibid.
Halteriſtarum imagines 127
Hęmorrhoidas ſaltus prouocat 255.b
Harpocræ liberto Claudius Imp. conceſſit, vt per vrbem lectica veheretur 174.f

Helio-

Heliogabalus Imp. quibus piſcinis lauabatur 39.c
Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulieribus promiſcua extruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos habuit 58.d
Heliogabalus Imperat. curribus animalia monſtruoſa, & aliquando fœminas nudas iunxit 171.b
Heliogabalus Imper. Naumachias in euripis vino plenis exhibuit 180.e
Hepatica affectio quędam in Melonijs apparuit, quę miros effectus pariebat, ea laborantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76.e
Hermeum quis locus fuerit 18.f.
Hernia laborantes recti ſtare vitent 269.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus poſt Aeſculapium artem medicam multum auxit & illuſtrauit 2 d
Hydropiſim lucta, vel palęſtra Oribaſius curabat. 245. a Cœli. Aure. vociferatione 281 c
Hydropici continuis exercitationibus ex ſententia Theodori Priſciani curari poſſunt. 148.d itemq; curſu. 250. e. & vociferatione. Cæl. autho. 281.c
Hydropicis vociferatio prodeſt 281.c
Hydropicos geſtatione Aetius curabat. 298. e
Hydropici Tral. ſenteotia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299 a
Hydropicis maritima natatio ꝓdeſt 104.d
Hyeme minus, ęſtate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de cauſa. 211.b.c
Hippoc. duas medicinę partes curatiuam, & pręſeruatiuā ad ſummū perfecit 5.a
Hippoc. tempore balnea publica aut priuata rara erant ędificata 38.e
Hipp. pręceptum de ſanitate tuenda 74.e
Hipp. voluit oīa fieri ἐκ προσαγωγῆς 154.d
Hippoc. ſententia de homine comedente, & non laborante 192.f
Hipp patria temperata fuit 216.c
Hippo iudicat, ſolis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 266 e
Hipp. Herodici Selymbriani diſcipulus artem medicam illuſtrauit 2.d.4.d
Hippolytus venatione vtebatur, vt virginitatem conſeruaret 307.b
Hypocauſtū & laconicū nō idē fuerūt 41.f
Hypocauſtum balneo ſeruiebat 43 b
Hiſtriones vocis exercitationi operam dabant 157.a
Hiſtriones infibulabantur. & quare 157.c
Homeri tempore Gymnaſtica ars principium quoddam habuit 13 c
Homines naſci propenſos ad muſicam & Gymnaſticā qūo cognoſcit 13.c.80.d
Hoīes cuiuſcunq; ętatis illas exercitationes vitare debent, ā quibus lędunť 211.b
Homines cur aliqui ſedendo macreſcunt aliqui pingueſcunt 214 c.f
Homines excrementoſi & calida temperie prædiri ſedendo pingueſcunt ibidem
Homines excrementoſi & frigida temperie prędiri ſedendo macreſcunt ibidem
Homines, qui ante cibos, & ordinate ſe exercēt, non indigēt ita exquiſita victus ratione, vt illi, qui non ſe exercēt 215.a
Homines ignari, dū legere incipiunt, cur ſomno capiantur 286.d
Hoīes excellentes, dum legunt, ſomno nō capiuntur, & qua de cauſa ibidem
Homo comedens, & non laborans ſanus viuere non poteſt 192 f. 214.d
Hora, qua ſani homines cibum ſumere debent, quę nam ſit 221.c
Horę diei Romę quomodo, authore Martiali, diſpenſarentur. & quomodo authore Horatio. 224.f & infra
Horarum cōſideratio ab antiquis, Gal. authore quomodo fieret 226.e
Hordeum militibus, qui parum profeciſſent, pro frumento dabatur 11.c
Humidum naturale ā ſuperfluitatibus turbatur, & inficitur 194.d
Humores crudos in ſtomacho aggregatos ſaltatio diſſipat 240.d

I

IAcobus ob neruum latum inter luctandum læſum, in poſterum ab eſu neruorum abſtinuit 145
Iaculationis ſpecies duas fecit Plato 119 c
Iaculationis inſtrumentorū inuētor 131.b
Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnaſiis quid agerent 64.d
Ianus Cornarius Plaonē latinē fecit 217 b
Ictezici oēs ſapores amaros iudicant 2.. f
Iecoroſos natatio maritima iuuat 304.e
Imitationis ſpecies ſecundum Ariſt. 95.e
Impuberes ſingulari certamine certabant. 144.e
In autumno hora veſpertina cibus ſumi debet, & qua de cauſa 224.e

In balneis ædificandis quanta fuerit priuatorum hominum diligentia 38.f
Incubone multi Romæ aliquã piere. 296.e
In gymnaſia varia hominum genera conueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora veſpertina cibus ſumi debet,& qua de cauſa. 224 e
In morbis intermittentib⁹ motiones aliqñ ſunt vtiles ex Hip.& Ariſt.ſñia. 206.e
Inſanientibus in morbi declinatione muſicus cantus ſubuenit 283.c
Inſolatione antiqui multis modis vtebantur 271.b
Intemperantia multa morborum genera hominibus attulit 1.b.4.d
Intemperies eſt duplex 204 f
In vere hora meridiana cibus ſumi debet, & qua de cauſa 224.e
Ioãnes quomodo recumberet ſupra pectus Domini 54.e
Ioannes Baptiſta Rhamnuſius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus ſanum conſeruat 7.a
Iſchiadicos curſus liberat 250.f
Iſthmici ludi in iſthmo agebantur. 15.b
Iudęi cur à neruorũ eſu abſtinerẽt. 145.b
Iulianus quidam ſanguinem reuomẽs quo modo oraculo monſtrante fuerit ſanus factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis conceſſum 5.c.& infra
Iuuenes oĩbus ferè motib⁹ ſunt apti. 212.f
Iuuenes, ſi plus conſueto laborent, conuulſionibus fortibus magis quàm ſenes tentantur 212.f

L

LAbor nimius pallorem inducit.& qua de cauſa 74.f
Labor ex Eraſiſtrati ſententia eſt naturæ noſtræ inimicus, & iucunditatem à ſanis aufert 191.c
Laboribus inaſſuetos aliquando exercere debemus,& qua de cauſa. 199.a.230.d
Labores moderati quibus nam corporib⁹ conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant ibidem
Lacedęmonij venatione ſe exercebãt. 187.c
Lacedæmonas damnat Ariſtot. quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 218.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inſerretur 64.d
Laconicum & tepidarium non ſunt idem apud Vitruuium. 41.b
Laconicum & hypo cauſtum non idem fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio ſuccurrit 281 c
Laſſitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obſit 262 d
Lecti apud antiquos varij erant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid ſit. 176.e. 301 b
Lectis penſilibus pro ægrorum exercitijs antiqui medici vtebantur. 176. d. quid eſſent,& quomodo fierent 300 f
Lectis penſilibus, Celſo authore, quando vti debemus ibidem
Lectis penſilibus geſtatio facta tam ante cibum, quàm à cibo prodeſt ibidem
Lectica qua re eſt inuenta 173.b. 17(.a. & quot numero ſerui eã portarent. 173.c. & infra. eius vſus. 198.f & 299.b
Lectica per vrbem geſtari libertis erat vetitum 174.f
Lectica noſtra cui antiquorum ſellæ correſpondeat 175.a
Lectica in languẽtibus antiqui medici vtebantur 175.b.299.b
Lectica à ſella differebat 175.c. & 299.b
Lectica multi vs⁹ apud antiquos fuit. 298.e
Lectica, in ea ſedẽtes, q nã vti poſſint. 299 b
Lectuli penſilis agitatio quandiu fieri debeat 177.b
Lectionis ſpecies, & earum ad ſanitatem vſus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectione remiſſa poſt ciborum ſumptionem vti poſſumus ibid.& infra
Leni labores quibuſnam corporibus cõueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Leucophlegmatia corpus totum deturpat 207.b
Liberati à morbo, quid ſibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant 1.d
Libarij in Gymnaſijs liba vẽdebant. 64.e
Libertis erat interdictum quo minus per vrbem lectica veherentur 174.f
Liber de inſomnijs eſt Hippocrati adſcriptus, & qua rõne hoc cognoſcat. 263.e
Lycæum Ariſtotelis 8.e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manib⁹ in altum ſublatis exercitaretur 149.c
Lycurgus iuſſit virginũ corpora luctationibus, curſib⁹, & hmõi alijs exerceri. 246.a

Lienoſos,

Lienoſos, natatio maritima iuuat 304.e
Loca ad Septentrionẽ & Orientẽ ſpectãtia ſunt ſalubriora iis, quã ad Meridiẽ & Occaſum ſpectant, & qua de cã ibi. & 216.e
Loca prope paludes, & ſtagna, & huiuſmodi alia ſunt mala 218.f
Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem ſpectantia ſunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti ſunt tres conditiones. & quę ibidem & 216.f
Locorum vis quantum poſsit 215.c
Locus, vbi vocis exercitatio fiebat, qualis eſſet 158.e
Locus, in quo exerceri debẽt hoĩes, hyeme calidus, æſtate frigidus eſſe debet 219.b
Locus conſularis in Triclinio quis 54.c
Locutio eſt debilis exercitatio, quibus conueniat, ei⁹ vtilitas, & nocumẽta 286.e.f
Longa ãbulatio humiditates exiccat 262.e
Longus funis quid ſit Cœlio Aureliano 165.a.178.f
Lotiones corpus ſanum conſeruant 7.a
Lucius qdã lateris dolore laborans, quõ oraculo monẽte fuerit illo liberatus 3.a
Ludi oẽs antiquorũ cur ſint inſtituti 10.f
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11.b
Ludũ cur ĩter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author 88.d
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 121.a
Ludi matutini qui eſſent, & qui magni 64.e. & 65.a
Ludorũ victores quõ honorarentur 15.b.c
Luctæ præfectus, & eius onus 60.f
Lucta fines tres habuit 105.a quatuor modis fieri poteſt 244.e.f
Luctatoriæ artis auctores, qui fuerint 105.a.115.c
Luctam Gal. artis gymnaſticę minimam partẽ eſſe iudicauit 102.f. eius apud antiquos magnus vſus fuit 244.d
Luctam noſtro tempore exercent ruſtici, quomodo apud antiquos athletę exercebant 244.e
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præſtet 244.f
Lucta habẽtibus crura debilia nocet 245.c
Lucta qua ratione pectori nocet 245.c
Lucta remiſſe facta qd corpori pſtet 244.f
Lucta ſuper pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 246.a
Lucta in puluere facta carnis plenitudinẽ remouet 246.d
Lucta ex ſententia Galen. eſt perexigua Gymnaſtica. pars Gymnaſticæ medicę 246.f.248.a
Luctator qui ſit ex Ariſtotelis ſnĩa 70.d
Luctatores quid nã agerent, antequam luctarentur 102.e
Luctatores vocabantur veri athletę ſecundum Galenum 108.f
Luctatorum imago 104.a
Lugentibus, varius ſermo ſuccurrit 283.b
Lumbis malè affectis lucta nocet 245.c
Lumbos diſcus corroborat 257.c

M

Machaon venatione ſummopere delectabatur 185.c
Magni Põpeii poſt ætatẽ hoĩes toto corpore ac ſingulis dieb⁹ lauari cœperũt 50.e
Manuum geſticulatio ad ſanitatem cõſeruandam conducit 100.f
Manucodiata auis carens pedibus ſemper in aere permanet, nec in terrã niſi mortua cadit 137.b
Manuũ geſticulatio hũores attenuat 140.d
Marcus Aurelius Aſclepiades, & eius laus. 60.e.f
M. Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum, ac mulierum ſeparauit 50.d
Marcus Antoninus Imper. valetudinis ſtudioſiſsimus quid ante cibi ſumptionem ageret & qua hora cibũ ſumeret 224.e.f
Marcus Tul. ſtomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190.e
Marcia fons hauſtu erat iucũdiſsima 50.f
Mare eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 6.f
Mare inſignem ſalubritatem quare efficiat 179.b.302.d
Maria Magdalena quomodo ſtaret retro pedes Chriſti cœnantis 54.f
Marina aqua maiora pondera, quàm dulcis ſuſtinet, & qua de cauſa 184.f
Marius varicibus laborabat, & qua de cauſa 269.c
Marſilii Ficini error in Platonis tranſlatione 18.d. & 217.b
Martialis exercitia dum ruri moraretᷣ 203.c
Materia, qua lauabantᷣ, quę nam eſſet 39.a
Mecœnas Meſsius triennio ſiluit, & qua de cauſa 286.f
Medea ſecundum Diogenem ſapiens fuit, non venefica, & quomodo 8.e
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes, cùm ſint diuerſæ, diuerſa etiam nomina ſortitę ſunt 5.b
Medicus quomodo corpus humanum conſideret 12.e

Medicus eſt artifex res ſenſatas tractans 212.d
Medicamenta quoſdam iuuant, quoſdam lædunt 196.e
Mediaſtini in balneis q̃d facerẽt 30.e.63.a
Melancholicos lucta Theodorus Priſcianus curabat 245.a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur ſomno capiantur 186.d
Melancholiam Theodorus Priſcianus, & Aretęus geſtatione curabant 296.f
Melchior Guilandinus Laud. 19.c
Membra corporis per exercitationẽ robur & firmitatem acquirunt 192.e 194.d
Menſę apud antiquos prope balneũ erant ſitæ, & qua ratione 56.d
Menſę & lecti ſimul apud antiquos parabantur 56.f
Menſtrua ſanitatem corrumpunt 48.f
Menſtrua ſaltus euocat. 254.f.& deambulatio 260.f.263 a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 4.f
Meſtores qua de cauſa à victu inordinato & prauo non lædantur 229.b
Methodi vniuerſales ex Gal. ſententia niſi particularibus ſpeculationibus iungantur parum iuuant 189.b
Militaris diſciplinę cupidi gymnaſia ingrediebantur 26.e
Milo Crotoniata vir robuſtiſſimus. 67.a quantum comederet. 73.b.quo robur oſtenderet 138.e.150.d.277.e
Mecœnas primus natatoria calidarũ aquarum in vrbe conſtruxit 184.e
Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 215.b
Morbi quo tempore non vigebant 1.a
Morborum tria ſunt genera, & quæ 104.e
Morbus in intemperie, & eius ſpecies ibid.
Morbus in mala partium formatione qui ſit, & quomodo fiat 204 f
Motus intempeſtiuus concoctionem corrumpit 193.a
Motus omnis moderatus cunctis corporibus conuenit 212.f
Motus interciſus minorem laſſitudinem membris affert, & qua de cauſa 237.c
Mortui in gymnaſijs apud antiquos ſepeliebantur 18.f
Mulieres poſt Hip. ętatẽ podagra propter malam victus rationem laborare cœperunt 4.e
Mulieres apud ãtiquos nõ accũbebãt 53.c
Mulieres cum viris quo tempore accumbere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerſo accumbebãt 54.d
Mulieres frequentiſſimẽ ſaltationi dabant operam 101.b
Mulieres lacenæ quo ſaltu vterẽtur & 97.c.118 e
Mulieres quęnam vitam magis ſanam & minus moleſtam degunt 215.b
Mulieres quænam faciliter pariunt ibi.
Mulierem prægnantem lędit ſaltatio 240.e 254.d
Mulieribus prægnantibus pica obſeſsis vociferatio prodeſt 281.c
Mulieribus parturientibus vociferatio prodeſt ex Alexandri ſententia 281.c
Muſicam Plato Gymnaſticę contrariã eſſe dicit 160.d

N

Natationẽ curſui cõparat Ariſ. 183.b
Natatio ſemper in honore apud veteres fuit 182.e.303.b
Natationis locus quid ſit 183.e.& 184 f. eius ſpecies 303
Natatio quibuſdã ægritudinibus ex Antylli ſnĩa, & Gale. conuenit 183.a.184.e.
Nataturi quid agere debent, antequã natent 183.b
Natatio ĩter exercitationes numerat̃ 183.a
Natationem cur antiqui addiſcerent ibidẽ 185.a.303.b
Natatio ĩ fluuio facta ſomnũ ĩducit 303.e
Natationem in aquis ſponte naſcentibus factam Antyllus improbat 303.c
Natatio pernicioſiſſima quæ ſit 304.d
Natatio ſub Dio facta quid operet̃ 304.e
Natatio facilius in mari quàm in fluuijs fit Ariſt. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit, & frigefacta calefacit & eius nocumenta 304.f
Natatio frigida calorem naturalẽ validũ efficit, & concoctionem adiuuat ibidem
Natatione frequenti, ſi quis vtatur, nerui læduntur 305.a
Naturæ calidæ ſecundum Hip. quieſcere debent 196.f
Naturæ hominum adeo diuerſæ ſunt, vt nemo alteri prorſus ſit ſimilis 196.e
Natura corporibus noſtris meatus multos cur dederit 192.e
Naturis calidis quies conuenit 206.f
Nauigatio an ſit exercitatio 78.f
Nauigatio quibus morbis, autore Auicen. proſit

proſit 302.f.179.b
Nauigationis modus valetudinarijs cõuenientos qui ſit ex Herodoti ſentẽtia 179.c
Nauigationis ſpecies ſunt multę, & quæ. & 179 c.301.c
Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quàm quæ per mare, & quare quibuſdam morbis conueniat 180.d
Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179.a
Nauigatio corpus mouet,& perturbat ibi. & quare 180.d
Nauigatione quinam vtantur ibidem
Nauigantes ſunt magis colorati ijs,qui in paludibus degunt,& qua de cauſa 181.e
Nauigatione ſanus factus eſt Anneus Gallio ſanguinem expuens 179 b.& 302.e
Naumachiæ cur à Pop. Ro. ſint inſtitutæ. 180.e
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
Nephretici Tral. ſententia lectica vti poſſunt,& qua de cauſa 299.a
Nephriticis nauigatio maritima prodeſt. 303.a
Nero Imp. gymnaſia quandoq; ingrediebatur,vt athletas certantes videret 26.e
Nero Imp. muſicũ certamẽ inſtituit 158.e
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehebatur 299.c
Nero lamina pectori impoſita ſub ea cantica exclamabat 160.d
Nicomachus ſmyrnæus valde craſſus qua via ab Aeſculapio ſit curatus à nimia illa craſsitie 207.c
Numa ſecundum Plutar.voluit adorationes ſedendo fieri 139.b
Numerus exprimit rerũ ſimilitudines.96.d
O
Oculi lachrymantes læduntur ſaltatione 240 e
Oculi lippiẽtes, & lachrymoſi à quantumuis minimo motu lęduntur,quiete verò recreantur 243.a.b
Oculorum circũuolutiones vertigines pariunt 242 d
Octauius Pantagathus vir doctiſsimus Vitruuij contextum de palęſtra emendauit 19.c.& infra
Oleum eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 6.f
Olympici ludi Piſis agebantur 15.b
Onera portantes,ſi cantent,minus laborãt 283.b
Onuphrius Panuinus Veronenſis de ludis diligentiſsime ſcripſit 11.b
Ophthalmiæ lucta nocet 246.e
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 298.d
Orcheſtica tertia ſaltatorię ſpecies in plures partes diuiditur 82.f.240.d
Orthopnoicos vociferatio iuuat 281.c
Orpheus vt Deus ab Alexan. Se. colebatur 181.d
Os clauſum cõtinere ſitim extinguit.286.f
Oſcellæ 163.b
Otiũ corporis habitum deſtruit 192.f.197.c
Otium pernicioſum eſt & qua de cauſa 199.c.& infra
P
PAlæſtra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cõſuetudinem inter mulieres,quę exercebantur, inuenit 76.e
Palæſtra quid ſit 17.c
Palæſtræ deſcriptio ſecundum Vitruuiũ, ac eius partes 20.e.f
Palæſtrę nomẽ quid ſignificet. 35.a.102 d. 244.f
Palæſtra multas ſub ſe habuit ſpecies 102.d
Palæſtrę nomen vnde ſit dictũ 102.f.& ĩfra
Palęſtra ſtomachũ frigidis morbis oppreſſum liberat. Cęl. Aureliano authore 245 a.248.e
Paleã hordeaceã quidã vrinę difficultate laborans per multum tempus, minxit 4.f
Panathenaicum quis locus fuerit 18.f
Pancratiaſtes quis ſit ex Ariſto. ſnĩa 70.d
Pãcratiũ duplex erat 105.c.109.a.b.244.f
Pancratiaſtes vocabantur veri athletæ ſecundum Gal. 108.f
Pancratio Gal. plurimos ſanitati reſtituit 110.d.248.d
Pancratij volutatorij imago 106
Paralyticis natatio in aquis ſpõte naſcentibus facta Cęl. Aurel. authore prodeſt, & etiam in marinis aquis 303.c
Partibus infernis ab alimento nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodeſt 263.a
Paruę pilæ luſores quõo ſe haberent 85.c
Paullus Manutius vir doctiſsimus, & eloquentiſsimus 178.d
Paullus Rhãnuſius vir opt. & doctiſs. 54.b
Paullo Rhãnuſio multũ debẽt ſtudioſi ob accũbendi formam monſtratã in marmore antiquiſsimo 54.c
Pauli Aeginetæ ſententia de coitu opponitur Gal.& Aetio 237.a
Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

ciferatio ſubuenit 281.c
Pectoris affectionibus curandis geſtatione Aetius vtebatur 298.e
Pedes debiles & male tutos ſaltatio firmat 240.e
Pædotriba ſm Platonem quis eſſet 62.d
Periſtylia in palæſtris quonam pacto fiebant 20.e
Periſtylij interioris ambitus cui curſui inſeruiret 116.f
Peritonæum debile habentes ſpiritu retento læduntur 280 d
Perſę victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195.a
Perſis labores corporis Cyrus inſtituit ante cibi ſumptionem,& quare 8 d
Petauriſtę vnde dicantur 163.b
Petaurum quam haberet figuram 162.f
Petrõas ęgra corpa exerceri iudicabat 105.b
Petrus Victorius nrę ętatis ornamētū. 114
Potulenta tū cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Pheninda quid & vnde dicatur 84.f
Phœbus diſco Hyacinthū interfecit 126.e
Philagrius medicus profluuium feminis exercitatione partium ſuperiorum curabat. 247.c. curſu Antyllus 290.f
Philauder in ſuis in Vitruuiū cōmētarijs oſtēdit antiquos in ſtratis cœnaſſe 53.a
Philoctetes dolorem, ſagittarum iaculatione lenibat 258.f
Philoſophi in palæſtras ad diſputandum conueniebant 20.e.28.e
Phonaſcia ars,& phonaſci magiſtri 158.d
Phyſicus quomodo corpus humanum cōſideret 12.e
Phryges iuenetūt curr⁹ q̃tuor rotarū 171.a
Phrynicus ob ſaltationis excellentiam ab Athenienſibus Imp. eſt electus 100.e
Phrynon dux Athenienſium pancratiaſtes fuit excellentiſsimus 110.d
Phrenetici lectis penſilibus iuuātur, & qua de cauſa 301.a
Phthiſicis vociferatio prodeſt 281.c
Pilę paruę luſus in tres ſpecies diuiditur. 84.e.201.c
Pilę magnę luſus duas habuit ſpecies 86.d
Pilæ inanis luſus quis apud antiquos fuerit. 86.d.& vtilitas. 242.f
Pilæ ludorū quatuor apud Gręcos fuerunt genera,& quę 84.e. 241.b
Pilę luſus ſecūdum latinos,& eius ſpecies. 88.e.242.e
Pila robuſtis corporibus conuenit 212.f
Pilę paruæ luſus omnes quid pręſtatēt vtilitatis corporibus 241.b
Pilę paruę exercitatio inter veloces motus numeratur à Gal.& Paulo 241.b
Pilę follis dictæ exercitationis figura 89
Pilę magnę luſus vtilitates quę ſint. ibidem
Pila trigonalis quæ nam eſſet 91.b. vtilitas 243.a
Pilę trigonalis figura 95
Pila paganica quæ nam eſſet 94.d. quibus conueniat 243.c
Pilamalleus quid ſit 167.a.& 290.e eius vtilitas,& nocumenta 290.f
Pilicrepus in gymnaſijs quis eſſet, & quid ageret 63.c
Pingues quanto magis exercētur, tāto magis ſani ſunt. & qua de cauſa 211.a
Piſcatio nauigijs facta eſt nauigationis ſpecies 181.a
Piſcatores marini cur pilos ruffos habeant. 181.c
Piſcina pub. Romę vbi nam fuerit 184.e
Pythagoras quidam athletis primus carnē exhibuit 72.f
Pythagoras voluit adorationes ſedēdo fieri. 139.b
Pyrrhichię ſaltationis imago 98
Pittachus Mitylenę⁹ Phrynonē Athenieſiū ducē & pācratiaſtē excell. vicit, ob quam rē ſtatua in Prytaneo ei erecta fuit 110.d
Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
Pituitoſi vociferatione iuuantur 281.c
Platonis ſententia de arte gymnaſtica 12.f
Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ cum viris in palęſtra exerceantur 27.c
Plato ſecūdum quoſdam athleta fuit 71.c
Plato fuit Hip. ſectator 80.e
Plato laudauit vt & pueri & virgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quàm armato exercerentur 116.d
Plato ſcribens ſtatum motui contrariū nō prorſus vera locutus eſt 118.d
Plato dicit naturas diuinas ex motu & quiete conſtare ibidem
Plauti verſus de antiquorum puerorū moribus in palæſtra 29.b
Plinius ſcribit athletas aliquando coitu vti ſolitos 76.d
Plinius ſecundus æſtiuo tempore poſt cibū apricabatur 140.e
Plinius ſecundus ex Veſuuij montis concrematione interijt ibidem
Plinij capitū librorū catalog⁹ adulterin⁹ 28.
Plinius dixit Aſclepiadem iucundū curandi

di modum caluiſſe 205.c
Plinij iunioris exercitatio q̃ fuerit 221 d
Plinius maior dum voce & ſtomacho laboraret, lectione clara liberatus eſt 185.b
Plinius Cæcilius vehiculo geſtabaẽ 190.b
Plinius Romæ Sella vtebatur, vt inter eundum ſtudijs vacaret 299.c
Plinius iunior corporis ſanitatem venationi referebat 187.c.307.c
Podalirius venatione delectabatur 185.c
Podagrici ſaltum debent fugere 255.a throchum 289.c
Podagricos lenes & remiſſa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261.c
Podagrici Tral. ſentẽtia lectica vti poſſunt & qua de cauſa 299.a
Poſis ſecundum Simonidem eſt ſaltatio loquens 96.f
Pompeij magni exercitia 116.c
Pons naumachiarius quare ſic vocatus ſit. 180.f
Poppea Domitij Nero. vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27.a
Porphyrius philoſophus carnĩs vſum cur prohibuit 193.c
Porticus tres extra palæſtrã quomodo diſponerentur 20.f
Porticus erant partes gymnaſiorum principales, & quomodo ſe haberent 28.c
Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134.c
Porticus in viridario Vaticano qualis ſit. 135.a
Potabant veteres cornibus boum 55.b
Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 133.c
Prandium apud antiquos quid eſſet 52.f
Praſinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.c
Praſini erant vna factio Romana ibid.
Pratinas poeta cur ſit vocat' ſaltator. 101.b
Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c
Prẽmia certatoribus cur fuerint inſtituta. 14.e.15.a
Priapiſmũ pilæ magnẽ luſu Tralianus curabat 241.d. atque item haltere 256.c
Prodicus ẽgra corpora exerceri iudicabat. 205.b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b
Prodicus valetudinis ſtudioſiſſimus fuit. 210.e
Propnigeũ ĩ palæſtra vbi nã erat 20. f.43.a
Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnuſiano lapide. 55.b
Prouerbium in harenam deſcendere vnde ſit ortum 16.d
Prouerbium illud diſcum (quàm philoſophũ audire malunt) vnde ſit ortum 18.e
Prouerbiũ Ne q̃ras in ſtadio dolichũ 117.a
Prouerbium tranſire metam 119.b
Prouerbium cõtra eos, qui nec literas, nec natare ſciebant 182.e
Prouerbiũ à mari & terra ſumptum 302.e
Puer aquam præbens 56.b
Puerorũ geſtatio in vlnis nutricũ eſt quædam ipſorum exercitatio 176.d
Pueri poſt Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4.c
Pueri frequentiſsime ſaltationi operam dabant 101.b
Pueri muſicam Platonis, & Ariſtot. ſententia debent addiſcere 160.d
Pueri a ploratu ex Ariſtot. ſententia prohiberi non debẽt, & qua de cã. 150.f. 288.e
Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 133.b
Pueri vſque ad vigeſimum primum ẽtatis annum labores multos indifferenter ferre poſſunt 228.e
Pueris peritonẽum aut ſcrotum ſpiritu retento rumpitur 280.e
Puellẽ ſunt ex Platonis ſententia in gymnaſtica bellica exercendæ 66.f
Puellæ pulcherrimẽ ſingulari certamine certabant 144.e
Pulmone vlcerati, inculpati viuebant in Lybia 179.c
Pugil qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 70.d
Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vſu 107. b. ſanitati parum cõfert 247.a
Pugilatores quomodo certabant 107.c
Pugilatus in gymnaſtica medica exiguum vſum habet 108.e
Pugiles vocabãtur veri athletẽ ſm Gal. 108.f
Pugiles, & athletẽ aliquando in Deorũ numerum relati 71.a
Pugilum imago 102.b
Pulueribus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de cauſa 216.d
Puluis vim habet emplaſticam ex Galeni ſententia 238.d
Pugilatus nocumenta, quæ ſint 247.c
Pugilatus fuit paruus Luſus in gymnaſtica medica 248.d
Pugnẽ nomen plura ſignificat 140.f
Pugna, de qua hic auctor agit, quid eſſet

& quot eius ſpecies ex Oribaſij ſententia ibidem.& 173.a
Pugna vmbratilis quomodo fiebat. ibidē. 201.c
Pugna telorum quomodo fieret ibid.
Pugna ſingularis quomodo fieret ibidem
Pugnas ſingulares exercebant ſacerdotes in Pergamo Gal. tempore 142.c
Pugna aduerſus palum quinam vterentur. 145.c.173.a
Pugna vmbratilis vbi à Galeno laudetur. 146 e.173.b.
Pugna armata a Demea inuenta 146.e
Pugnas ſingulares etiam Romani exercebant 146.d. ibidem
Pugna ſingularis rudibus armis facta à Mātinæis eſt inuenta 145.b
Puluis in vnctione quid præſtaret 33.a & 138 d. vnde portantur 34.e
Pyrrhus Ligorius antiqtatis peritiſs. 19.c
Pyrrhichiæ ſaltationes quæ fuerint, & a quo inuentæ 97.c

Q

QVadrans erat merces balneatori data 47.e
Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213.a
Quadrigæ in pub. ſacris ſæpe certauerūt. 171.c
Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 181.c
Quinquertio qui ſit ex Ariſto. ſententia. 70.d.e.
Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a

R

RAuenna Strabonis autoritate aerem ſalubrem habebat 75.a
Razis ſentētia de venatione 187. c. 306.e
Renes debiles lædit ſaltatio 240.f
Remediorum omnium natura eſt, vt proſint,& aliquid etiam offendant 151.a
Renibus malè affectis lucta nocet 245.c
Renum lapilli optimè ſaltatione extrudūtur 240.e.254 f
Renū ībecillitate, vel feruore, vel vlcere affecti ſaltum vitent. 155.a.& diſcum. 157.c
Renum inflammatione laborantes erecti ſtare non debent 269.b
Rhamnuſianus lapis, ī quo ſculpta eſt forma Triclinij, antiquiſſimus 56
Rhetores in palæſtras ad diſputandū conueniebant 10.e.18.e
Res rōne finis varia noīa ſortitę ſunt 203.a
Reſoluti Tral. ſententia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299.a
Reſpiratio crebrarum oſcitationum eſt remedium 279 a
Reunctores in balneis qui eſſent 30 e.63.a
Rigores ſaltatio arcet 140.d
Riſus quō fiat, & quid efficiat 161.a.187.b
Romani poſtremi omniū gymnaſia ad Græcorum imitationem ſtruxerunt 18.f
Romani in balneis multo græcis laſciuiores 38.e
Romani ſuos milites & mari & terra exercebant 180 f
Romanorum mulieres Varronis teſtimonio in eodem loco cū viris lauabantur. 48.f. oppoſitionem. 53.c
Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a
Rotæ curruum Homeri tempore ſtāno ornabantur 171.a
Ruffus Epheſius Romæ ſub Traiano floruit 245.c
Ruſſati erant vna factio Romana 168.e

S

SAltantes pondera aliqua habebant, & quorſum 118.d
Saltatoria exercitationis ſpecies, & eius diuiſio 82.d
Saltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta conſiſtit 96.f
Saltatio ſecundum Simonidem eſt poeſis tacens 96.f.& infra
Saltatio vera à muſica ſecundum Plutarchum deprauata eſt 97.a
Saltationis inuentor quis fuerit 97.a
Saltationum diuerſa nomina vnde ſint orta 97.c
Saltationis finis 100.d
Saltationes vbi nam fierent 101.b
Saltationem antiqui in conuiuijs exercebant 101.c
Saltatio quæq; antiquorum ordine, rōne, & proportione indigebat 139.b
Saltatio opportunè facta multas affert vtilitates, eadem inopportunè adminiſtrata multa detrimēta homini ꝑſtat 139. c
Saltus vtilitas, quę ſit, Vegetij ſententia. 117.c.153.c.& infra.
Saltus ꝓprie dictus duplici modo fit 118.f. & eius effectus 254.e 254.e
Saltus multæ ſunt ſpecies 254.e
Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255.a
Saltus humores ſuperfluos euacuat, & loco purga-

purgationis ac phlebotomiæ, Gal. authore, fieri pōt, ſi quid ſit, quod ipſam impediat ibidem
Saltus factus, manibus aliquo pōdere plenis, q̄d differat à ſaltu aliter facto 155 b
Salſugo eſt ex extriuſecus corpori accidentibus 6.f
Sanguinis miſsionem Eraſiſtratus e medicina auferebat 191.b
Sanguinis mictū aut fluxū quemlibet patientibus ſaltus obeſt. 155. & deambulatio 160.f
Sanguinis reiectio ſpiritu retento non curatur, & qua de cauſa 180.d
Sanitas in humorum æqualitate conſeruatur 191 f
Sanitas eiſdem remedijs & amiſſa recuperatur, & pręſens conſeruatur. Eraſi. ſententia. 191 c. huius falſitas 193.c
Sanitati voluptas eſt coniuncta 183.b
Sanitas cum aliqua moleſtia permanere poteſt ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & cō menſurato humido conſeruatur 191.c. 194.d
Sanitas quot modis conſideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 191.c
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus ſe obligare debet 61.c
Satyriaſim lucta, Theodori Priſciani authoritate, ſanat 145.a
Scabioſis, qua de cauſa motus vehemens conuenit 208.f
Scabioſis natatio maritima prodeſt 304.d
Sceltyrhis ægritudo Plinij ætate ſe manifeſtauit 4.f
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 25.c
Scimpodium quid ſit 177.c. & 301.a
Scythæ oēs ferè ſemper equitatione vtuntur 167.c
Scythæ inuenerūt currus ſex rotarū 177.b
Scribonius Largus Claudij Impatoris medicus ſcripſit neminem vſque ad ſua tēpora aquæ formidine liberatum 4.c
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæſ. Romæ floruit 141.f
Scrimia vulgo ſic dicta quid nam apud antiquos eſſet 145.b
Secundas ſaltus educit 154.f
Sella currulis vnde ſit orta 175.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174.f
Sella portatoria quid eſſet 175.a
Sella à lectica differebat 175.c. & 199.b
Sella tum cooperta tum non cooperta antiqui vtebantur 199.c
Semen præcalidum emittentes, haltere, Gal. authore curantur 156.e
Seminis fluxū patiētes lędit ſaltatio 240. f. & deambulatio 261.a
Seneca vocat ſe pſychrolutrem 47.c
Semitertiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 199 a
Senecæ de geſtationis, & ambulationis difficultate qūo ſit intelligenda 196.d
Seneca aduerſus miram anhelādi difficultatem geſtatione in vehiculo facta vtebatur 297.b.c
Senes quonam modo ſecundum Gal. ſententiam debeant curari 209.b
Senes vti debent laboribus conſuetis 211.b
Senes pauciores & remiſſiores exercitationes ſuſtinent 212.f
Senibus exercendis quatuor ſunt conſideranda 210.e
Senectus quid ſit ex Ariſt. ſententia. ibidē.
Senſus lucta exacuit 245.a
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pēſilia īuenit. 177 a
Sertorius, vt rixas conuiuarum auerſaretur ſupinum ſe locauit, & iccirco facilius trucidatus eſt 54.a
Seuerus Impera. Scimpodio vehebatur, dū Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de cauſa 213.b
Siccitas nimia exercitationes ꝓhibet 210 f
Silentium ſitim, tuſſim & ſingultum extinguit 286.f
Silentium ſanguinis reiectioni conuenit 286.16.d
Silimachus medicus fuit Hippoc. ſectator 296.e
Singultus longa & concitata ambulatione comprimitur. 262. e & ſpiritus cohibitione. 278.f. & vociferatione. 281.f. & ſilentio 286.f
Syracuſani bis in die ſaturabantur 53.a
Sitis à ſilentio extinguitur 286.f
Soclarus Epicuro aduerſatur circa coitū. 237.a
Socrates ad ſanitatē conſeruandā, & robur acquirendum ſaltationē exercuit 101.a
Socrates cantu ſe exercebat 284.e

Solon

Solon vetabat ſeruis unctiones ſiccas 31.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta horatium. 54.c
Somni corpus ſanum conſeruant 7.a
Somni profundiores ijs contingunt, qui ſe exercuerunt, & qua de cauſa 193.a
Somni profundi concoctionē meliorē efficiunt, & qua de cauſa ibidem
Sōno capiunt ſæpe intēte ſpeculātes 139.a
Somnolenti cur ſint decolorati 244 d
Soranus in curādis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Soſtratus Gnidius ambulationem penſilē primus omnium Gnidi fecit 115.b
Spartanorum mulieres vna cum viris in palæſtris ſe exercebāt 27.b. & in balneis vnà cum viris lauabantur 48.e
Spaſmus cynicus curſu remouetur 250 e
Sphæriſterium gymnaſij pars quid eſſet, & quid in ipſa ageretur 36.f
Sphæriſticus qs nam eſſet, & eius onus 62.f
Sphæriſtica eſt ſaltationis ſpecies, & quid ſit & quis eam inuenerit 84.d
Spectatores ſubſellia ſibi ad ſpectandum ferebant 138.f
Spiratio numeroſa vnde fiat 251.c
Spiritus cohibitio quid faciat 153. a. eius ſpecies. 153.b. eius vtilitas. 278.d. quib' conueniat. 279.a. eius nocumēta. ibid. b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercitationes Athletae duabus de cauſis vtebantur 154.a
Splenis ęgritudinibus ex Aetij ſententia curſus eſt vtilis 250.d.f
Spleneticos geſtatione Theodorus Priſcianus, & Aretęus curabant 296 f
Spurij apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 18.e
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 210 f. 223.c
Spurinæ ſtudiū ī ſanitate cōſeruāda 223.c
Sputa corpus exinaniunt 6.f
Stadium gymnaſij pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorē corpori laborē affert, quàm ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut ſummis digitis innitēdo nihil niſi moleſtiam affert 272.f
Stellas deficiētes in inſomnijs vidētes quomodo ab Hippoc. curentur 253.a
Stephanio fuit īuētor togatę ſaltatiōis 83.a
Stercora corpus exinaniunt 6.f
Stomachace ægritudo Plinij ętate noſtro orbi nota facta eſt 4.f
Stomachus in coquendo debilis à ſaltatione corroboratur 240.d
Stomachum frigidis morbis oppreſſum curat curſus 250.f
Stomachicos ſpiritu retento Cæl. Aure. curabat 279 c. & vociferatione 281. c. Aſclepia geſtatione 296.f
Stomachi dolorē Theodorus Priſcianus, & Aretæus geſtatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curādis geſtatione Aetius vtebatur 298 e
Stomacho laborantibus vnctiones exercitationes, & vociferationes commendat Galenus 281.c
Stomachicos natatio maritima iuuat. 304e
Strigiles balneorum quid eſſent, & ex qua materia fierent 30.f
Studia corpus conſeruant ſanum 7.a
Sudores corpus exinaniunt ibid.
Sudor eſt motu prouocandus, & qua de cauſa 221.b
Sudor ſine motu proueniēs deterior eo eſt, qui à labore prouenit 233.a
Sudor qua de cauſa manus exercentibus ex Ariſto. ſententia effluat 247.c
Sudor ſiccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarum & arundinum, Augusti, quomodo ſit intelligendus 264.f
Suffuſi oēs colores rubeos iudicant 262.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 297.c

T

Temporis duo ſunt gña, q̄ ab authoribus medicinę naturalia noīant 220.d
Tempus accidentale quodnam à medicis nominetur ibidem
Temporum conſtitutiones in exercitandis corporibus, quæ ſint vitandæ 220.e
Tempus nubilum & obſcurū exercitationibus eſt ineptum ibid.
Tempus ſerenum & lucidum eſt exercitationibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid eſſet 40.e
Tepidarium & laconicum non ſunt idem apud Vitruuium 41.b
Tepidarij cur non meminerit Vitruuius loquens de balneis gymnaſiorum 42.d
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affuſa liberat 305.a
Themiſon in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Themiſon medicus rep̄hendit, q atrophia labo-

laborãtes longa ambulatione affligebat 261.c
Themiſon methodicorũ princeps coxẽdicũ dolore laborãtes eqtare iubebat 193.a
Theon Alexan. de athletica ſcripſit 70.c
Theſpi⁹ poeta ſaltator cur ſit vocatus 101.b
Theſſalus medicus Neronis ætate floruit 159.a
Theſſali qua de cauſa centauri ſint vocati 167.c
Tyberius Imper. ſcimpodio quandoq; vehebatur 177.c
Timonis auia duobus menſibus, ſingulis annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni ſub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabãt 107.c
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26.f
Titus Imp qua de cauſa ſit mortuus 47.a
Tonſillas patientibus lucta nocet 246.e
Thoracem haltere lædit. 256.f. & diſcus. 257.c
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo ſanatur 263.a
Thorax difficulter ſpirãs deãbulatione per accliue facta iuuat ex Antylli ſnĩa 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterarię exercitationes fiebant, & quę 25.b
Triclinium marmoreum vetuſtiſſimũ Patauij in ędibus Rhamnuſianis 56
Tryphon de athletica ſcripſit 71.c
Tripudia nr̃a ſaltationibus antiquorũ corresſpõdẽt & in quo ab illis differãt 239.b
Trochus græcus quomodo factus eſſet nobis eſt ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c
Tubi per quos circũfunderetur calor prodiens ex hypocauſto 43.a
Tubicinibus ſpiritu retento peritonęum rumpitur 280.e
Tumores laxos geſtatione Aetius curabat 298.e
Tuſsis ſicca, ſpiritu retẽto, curſu nõ in puluere facto curatur ex Celſi ſnĩa 250.e
Tuſsis à frigida cauſa orta ſpiritus cohibitione curatur 278.f
Tuſsis à ſilentio extinguitur 286.f
Tyberius Imperator omniũ primus colis dolorem expertus 4.f

V

Valerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo pręnunciante, fuerit à cæcitate liberatus 3.c
Valeriola recte putat contra Fuchſium, folem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo ſint exercendi 209.b. 230.d.
Vaſarium quid eſſet 43.b
Varices patientes ſaltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti ſtare non debent 269.b
Varices quomodo generentur ibi.
Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ 280.e
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171 a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argẽto erant inſignita 171.a. 297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs ſuſpendendi mos 54.f
Venatio non ſolùm corpus, ſed & animam delectat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam eſt vtilis 186.d. 186.f
Venationes tres ſunt ex Platonis ſententia 186.d
Venationis multę ſunt ſpecies 183.d
Venatio quę nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 188.e
Venatio multis inſtrumentis opus habet & in hoc à pila ex Gal. ſnĩa differt 305.c
Venationis equeſtris vtilitas, quę ſit, & quibus obſit 306.f
Venationis pedeſtris vtilitas, & nocumenta 307.b
Venatio eſt exercitatio & opus ex Gal. ſententia ibidem
Venę aliquando à ſaltu valido rumpũtur. 255.a. & à diſci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum ſit dictum 130.d
Venus conſeruat corpus ſanum 7.a
Veneti erant vna factio Romana 168.e
Ventres frigidos lucta curat 245.a. & curſus 250.f
Vertiginoſos manuũ geſticulatione curabat Aretęus 140.d
Vertiginoſos lędit ſaltatio 240.e. & pilæ luſus 241.d
Vertiginoſi luctam vitare debent. 245.e. & curſum circularem. 252. f. 262. f. & trochum. 209.c
Vertiginoſos malè curabat Aretęus pugilatu. 247. c. curabat etiam diſci exercitatione 257 c

Verti-

Vertiginoſa paſſio vnde oriatur 262.f
Vertiginoſos geſtatione Gal. Tral. & Aet. curabant 297.c
Veredus erat vehiculi ſpecies 298.d
Verus Imp. primus cum duodecim ſolenni conuiuio accubuit 54.d
Veſicæ lapilli optimè, ſaltatione extrudun tur 240.e
Viæ apud veteres græcos quę ſint 217.c
Vigiliæ ſanum corpus conſeruant 7.a
Vigilia laborantes lectica vti poſſunt 299.a
Viperarum morſibus tibiarum moduli proſunt, vt Gellius refert ſe apud Theophraſtum inueniſſe 283.c
Virgo fons tactu erat iucundiſſima 50.f
Virgines ſecundum Platonem ſunt in gymnaſtica bellica exercendæ 66.f
Viri tantum apud antiquos accumbebāt, non mulieres 53.c
Viri apud antiquos quonam modo accūberent 53.e
Viri noīe quid intelligat hic auctor 218.e
Viri ſunt ferè omnibus motibus apti 211.f
Viſus debilitati, & obſcuritati geſtatio retrouerſa facie facta, Auicen. authore, cōfert 298.d
Vitruuius floruit ætate Cęſ. Au. 28. d. eius autoritas apud antiquos parua fuit ibi.
Vlceribus quiete curandis ſtare & ſedere aduerſantur 138
Vlceribus internis, Cœl. & Cel. authoribus, deambulatio remiſſa, & molliter facta prodeſt 261.c
Vnctione qui nam vterentur 30.d
Vnctionis materia quæ fuerit 32.d
Vnctionis finis 33.c
Vnctio poſt balnea quid præſtabat 32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, eſt in certum 34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebātur, & qua de cauſa 236.d
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt inſtituta 157.a b
Vociferatio quonam modo fieret 159.b
Vociferationis finis eſt multiplex 158.f
Vociferatio quid ſit 156. & quid efficiat. 159 b. 180.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare 283.a
Vocis abſciſio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur 160.e
Vocis ſpecies ſunt ſex 280.f
Voci ex humiditate raucæ vociferatio ſuccurrit 281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel ſilentio malè habenti vociferatio ſubuenit 281.c
Vox quomodo corrumpitur 283.a
Vomentes vociferatione iuuantur 281.c
Voracitas immenſa, Seneca & Plutar. autoribus, multas nouorum morborum ſpecies hominibus genuit 4.d
Viania quid 85.c
Vrinæ corpus exinaniunt 6.f
Vrinæ ardor ex curſu augetur 252.d
Vtero conuulſo ambulatio calcibus incumbendo facta prodeſt 263.a

X

XYſtarca quis nam eſſet 60.e
Xyſti & xyſta quid eſſent in gymaſio 37.b.c

Z

ZOſimus libertus ſanguinem reiectans nauigatione liberatus eſt. 179. c. 302.e
ἅρπαστος quid ſit 84.f. 94.f. eius vtilitas. 243.c
ἀλήθηρ mendicum, & erronem ſignificat. 128.d
ἀκροχειρίζεσθαι quid ſignificet. 146.f. eius vtilitas 276.d. & 147.a
Acrochiriſmus quomodo fieret ibid.
ἀκροχειριστὴς quid ſit 149.a
Acrochiriſmo celtę vtebantur ibid. b
ἀσκωλιάζειν 121.b
κιράβαι vnde dictum ſit 55.b
δίαυλος apud græcos quid ſit 20.e
ἐκπλετρίζειν quid ſignificet 149.b. 201.c. eius vtilitas 276.e
πιτυλίζειν quid ſignificet. 149. c. 201.e. eius vtilitas 276.f
σπάτος quid ſit 30.f
γυμνάζεσθαι vox eſt antiquiſſima, & denudari ſignificat 17 b
γέλως vnde dicatur 287.a
κυνόσαργες gymnaſium Athenis quid fuerit 18.e
ξυστὸς apud græcos quid ſit 21.a
κονίσαλος quid ſit 30.f
φαινίνδα quid ſit 84.f
Δισκοβόλοι qui ſint 124
βέμβικος inſtrumenti vertigo epilepſiam inducit 190.d
Διὰ χοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι 145.f

FINIS

REGISTRVM

* A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes ſunt quaterniones præter * et X
qui ſunt terniones, et D quinternionem.

Paolo Toso

VENETIIS APVD IVNTAS
M D LXXIII.

RARE 85-B
13558

N

A